மூலிகை மணி

ஆசிரியர்: வேலூர் டாக்டர் ஏ. ஆர். கண்ணப்பர், R.M.P.

மலர் 14] காளயுக்தி ஞு வைகாசி மீ [இதழ் 7

218-வது மூலிகை! விலை 75 காசு



அலரிச் செடி (NERIUM ODORUM SOLAND)



மயிலேறி வா நீ!

— அ. பிரகாசம், கொடுமுடி —

பல்லவி

முருகா, வடிவேலா
வள்ளிமண வாளா
அம்மைசிவ பாலா

அனுபல்லவி

வருவாய், வரந்தருவாய்
வளமே-மிகு நலமே- (முரு)

சரணங்கள்

மயிலாம் உன்ஊர்தி செஞ்சேவல் கொடிச்சின்னம்
கிளியாம் அருணகிரியே உன்ஆஸ்தானக் கவியாம்

ஆனைமுகனே உனதுமுதல் அண்ணன் தானும்
அன்னைமாமன் கீதைபுகழ் கண்ணன் தானும்-தெய்வ

யானையுமே உனதுமனை ஆளும் ராணி-வள்ளி
தேவியுடன் இப்போதே மயிலேறி வாநீ! —(முரு)

மூலிகை வளமே! உ நாட்டு வளம்!

'மூலிகை மணி'

[தமிழ் மருத்துவத் திங்கள் இதழ்]

ஆசிரியரும் வெளியிடுபவரும்

தினமணி புகழ்

வேலூர் மருத்துவர் : ஆ. இரா. கண்ணப்பர், R. M. P.

ஆண்டுச் சந்தா ரூ. 9-00 தனி இதழ் 0-75 காசு

மூவாண்டுச் சந்தா ரூ. 27-00 ஆயுள் சந்தா ரூ. 251-00

வைகாசி இதழில்

உ
முருகா

ஐந்துகரத்தனை யானை முகத்தனை
இந்தினிளம்பிறை போலு மெயிற்றனை
நந்திமகன்தனை ஞானக்கொழுந்தினை
புந்தியில்வைத்தடி போற்று கின்றேனே.



எல்லோரும் இன்புற்றிருக்க நினைப்பதுவே
அல்லாமல் வேறொன்றறியேன் பராபரமே.
—தாயுமானவர்

மலர் 14] காளயுக்தி ஹு வைகாசி மீ மே 78 [இதழ் 7

முதல்வர் அளித்த நல் முத்து

[கடந்த 25-6-78 அன்று, தமிழக நல்வாழ்வுத் துறை அமைச்சர், மாண்பு மிகு சௌந்திரராசன் அவர்கள், மூலிகைமணியின் சிறப்பாசிரியரும், சித்த மருத்துவ ஆராய்ச்சியாளருமான, திரு. க. வேங்கடேசன் எம்.ஏ., அவர்களுக்கு, மலைக்கோட்டை எக்ஸ்பிரஸ், புகைவண்டியில் அளித்த சிறப்புப் பேட்டி பற்றிய கட்டுரைத் தொடர்.]

புயல் வேகம், மின்னல் வேகம் என்பார்களே! தெரியுமா? யாராவது பார்த்திருக்கின்றீர்களா! இல்லையென்றால், என்னுடன் வாருங்கள். மனித வடிவில் இயங்கும் புயல்+மின்னல் வேகத்தினைக் காட்டுகிறேன்.

புயல், மின்னல் என்றவுடன் சமீபத்தில் சென்னையிலும், ஆந்திராவிலும் வீசிய கோரமான புயல் நினைவுக்கு வருகிறதல்லவா? ஒரு வகையில் இந்த 'மனிதப் புயல்' சிலருக்கு கோரமானதுதான். மருந்தில் கலப்படம், ஊழல், வேலையில் அக்கறையின்மை, கடமை தவறிய

அதிகாரிகள் ஆகியோருக்கு இந்த மனிதப் புயல் கோரத்தாண்டவமாகி வருகிறது. என்ன மலேக்கின்றீர்கள்!

அண்மையில் முதலமைச்சர் எம். ஜி. ஆர். அவர்கள் நல்வாழ்வுத் துறைக்கென தேர்ந்தெடுத்த அமைச்சர் சௌந்திரராசனைத்தான் 'மனிதப் புயல்' என்று குறிப்பிடுகிறேன். அப்பா! என்ன வேகம்!

புதிய அமைச்சராயிற்றே 'எல்' போர்டு போல் மெதுவாக, பயந்து பணியாற்றுவார் என்ற கணிப்பில், 'மூலிகை மணிக்கென' சிறப்புப் பேட்டி ஒன்றினை அளிக்குமாறு கேட்டிருந்தேன். ஏறக் குறைய ஒரு வார காலம் அவருக்காக காத்திருந்த பிறகு இறுதியில் 25-6-78 ரயில் பிரயாணத்தில் பேட்டி கிடைத்தது. அங்குதான் ஓரளவு கவனத்துடன் அவருடைய பேட்டியை பெற முடிந்தது.

என்னைப் பொறுத்தவரை, கடந்த 13 ஆண்டுகளில் ஏறக் குறைய நான்கு அமைச்சர்களைப் பேட்டி கண்டுள்ளேன். அதில், நெஞ்சில், நிலைக்கத்தக்க வகையில் 'மூலிகை மணி'யுடன் பழகியவர் பேராசிரியர் அன்பழகன் ஒருவர்தான்.

அவருக்கடுத்த நிலையில், அ. தி. மு. க. அரசின் நல்வாழ்வுத் துறை அமைச்சராகப் பொறுப்பேற்றுள்ள திரு. சௌந்திரராசன் அவர்களைச் சிறப்பாகக் குறிப்பிடலாம்.

First Impression is the best Impression என்பது வழக்கு. அமைச்சருடன் அறிமுகமான சூழலே இனிமையான சூழலாகும். அவற்றையெல்லாம் 'மூலிகை மணி' வாசகர்களுடன் பகிர்ந்துகொள்ள விழைந்தே, இச்சிறப்புப் பேட்டியினை தொடர் கட்டுரையாக்க முடிவு செய்தேன். அமைச்சருடன் எனக் கேற்பட்ட இனிய அனுபவங்களைத் தான் படியுங்களேன் :-

15-6-78 அன்று காலை 11 மணிக்குத் தலைமைச் செயலகத்தில் நல் வாழ்வுத்துறை அமைச்சரின் அலுவலகத்தினுள் நுழைந்தேன். பணி வார்ந்த அன்புள்ளத்தினை முகத்திலே தேக்கிக் கொண்டு, 'கருமமே கண்ணாயினர்' என்பதற்குச் சான்றாக, தட்டெழுத்துப் பொறியினருகே ஒருவர் உட்கார்ந்து கொண்டு 'டைப்' செய்து கொண்டிருந்தார்.

'வணக்கம்!' என்று கூறியவாறு நுழைந்தேன்.

'வணக்கம்! வாங்க சார்! என்ன வேணும்!'—அந்த அலுவலர் கேட்டார்.

'நான் 'மூலிகை மணி' இதழின் சிறப்பாசிரியர், அமைச்சருடன் சிறப்புப் பேட்டி நிகழ்ச்சிக்காக நாள் குறித்துச் செல்ல வந்துள்ளேன்' என்று அதற்குரிய கடிதத்தினை அவரிடம் அளித்தேன். வாங்கிப் படித்தார்,

'சார்! அமைச்சர் ஊரில் இல்லை! 20ஆம் தேதிதான் திரும்புகிறார்'-என்றார்.

'I see! May I know your good name sir!' என்றேன்.

'My name is Sundaram, P.A. to Health Minister' என்றார்.

Well! Mr. Sundaram! kindly handover this letter to the Health Minister and if possible, kindly inform me thc date of appointment

for the interview, என்று பேசிவிட்டு கடிதத்தினையும் 'மூலிகை மணி' சித்திரை இதழினையும் கொடுத்துவிட்டுத் திரும்பினேன்.

20ஆம் தேதி காலை தொலைபேசித் தொடர்புகொண்டு திரு. சுந்தரம் அவர்களிடம் பேட்டி பற்றிக் குறிப்பிட்டேன். அன்றும், மறு நாளும் அமைச்சரவை கூட்டம், 22ஆம் தேதி நேராக 11 மணிக்கு அலுவலகம் வந்துவிடுங்கள் 'உங்களை நேரடியாக எப்போதும் சந்தித்துரையாட விருப்பமாக உள்ளார்' என்று திரு. சுந்தரம் கூறினர். இதுவரை பேட்டிக்காக இழுத்தடித்ததால் வெறுப்பிலிருந்த எனக்கு, மேற்சொன்ன வார்த்தைகள், அமைச்சரைப் பற்றிப் பெருந்தன்மையாக எண்ண வைத்தது. 'யானை வரும் பின்னே; மணி யோசை வரும் முன்னே' என்பதுபோல், அமைச்சர் சந்திப்பு பின்னே! அவர் கருத்து முன்னே! என்பதுபோல், அவரைச் சந்திப்பதற்கு முன்னரே, அவரைப் பற்றிய நல்லெண்ணம் என் மனதில் ஊன்ற ஆரம்பித்தது. இதற்கு முன் எந்த அமைச்சரையும், இவ்வளவு நாள் காத்திருந்து யான் பேட்டி கண்டதில்லை. இவருக்காகக் காத்திருந்தபோதும், அதனுல் கசப்புணர்ச்சி ஏற்படவில்லை. காரணம், ஒவ்வொரு முறையும் அவர் அளித்த கனிந்த பதில்களே ஆகும்.

இறுதியில், 23ம் தேதி காலை இன்று எப்படியும் அமைச்சரிடம் பேட்டியை பெற்றுவிடுவது என்ற முடிவுடன், அவர் தங்கியுள்ள Guest House-க்குச் சென்றேன். காலை 10 மணி இருக்கும். வெளியே காவலர்கள்; அங்குமிங்கும் பொதுமக்கள். அறைக் கதவைத் திறந்தேன் உள்ளே, ஒரு பொதுக்கூட்டம் நடப்பது போல் கூட்டம். கால்வைக்க இடமில்லை. கதவை லேசாகத் திறந்து பார்த்ததில்,

சுவரையொட்டியிருந்த சோபாவில் அமைச்சர் அமர்ந்திருக்க, அவரைச் சுற்றி சுமார் முப்பது பேர்—அவ்வளவு பேரும் குறைகளைக் கூறி நிவாரணம் பெற வந்திருப்பவர்கள்—நின்று கொண்டிருந்தனர். அமைச்சர்ஒவ்வொருவரையும் தீரவிசாரித்து வேண்டியவற்றை உடனடியாக P. A. மூலம், தொலைபேசி வாயிலாக விசாரித்து உரிய நடவடிக்கையை எடுத்து வந்தவர்க்கும், வாய் நிறைய சமாதானம் கூறி அனுப்புகிருர். நானும் 'இவர் போகட்டும், நாம் போகலாம்' என்று ஓரமாக நின்றிருந்தேன்.

'ஹலோ! மூலிகை மணி சார்! வாங்க' என்ற குரல் கேட்டு அதிர்ந்தேன். வேறு யார் பிரச்னையையோ பற்றிப் பேசிக் கொண்டிருந்தவரின் பார்வை என் மீது பட்டுவிட்டது. உடனே கூப்பிட்டு விட்டார். அப்பாடா! பேட்டி கிடைத்துவிடும் என்று நினைத்து, பேச ஆரம்பித்தேன்!

'சார்! உங்க பத்திரிக்கை ரொம்ப நல்ல பத்திரிகை. பல வருஷமாகப் பார்த்து வருகிறேன். மூலிகைகளுக்காக ஒரு பத்திரிகை நடத்துவது பாராட்ட வேண்டியது ஆகும். நம்ம அரசு கூட, மூலிகைகளை நன்ருக வளர்த்துப் பரப்பவேண்டும் என்று திட்டமிட்டு ஐந்து மாவட்டங்களில் முதல் கட்டமாக,பண்ணை அமைக்க திட்டமிட்டு வருகிறேம்!' என்று தஞ்சாவூர் மாமி அப்பளம் பொரிப்பதுபோல் மூலிகை மணி, 'மூலிகை' பற்றி பொரிந்து தள்ளினுர். பக்கத்திலிருந்த ஓர் அன்பர்,

மூலிகைகள் மலையில்தான் வளரும்! நம்ம நகரத்தில் எங்கே கிடைக்குது!' என்றார்.

'ஏம்பா! உங்க ஊர் கொல்லி மலையில்தான் மூலிகைகள் வளருமா! சில மூலிகைகள் சமவெளியில்தான் வளரும் தெரியுமா! இந்த, தூதுவளை, துளசி, முசுமுசுக்கை, ஆடு தின்னாப்பாளை—இதெல்லாம் சமவெளியில்தான் பயிராகும்—' என்று அந்த அன்பருக்கு அமைச்சர் விளக்கமளித்தது எனக்கு வியப்பளித்தது.

அடுத்து என் பக்கம் திரும்பிய அமைச்சர், 'சார்! ஓர் ஆலோசனை உங்க பத்திரிகையிலே 'மூலிகைகள்' பற்றி நல்ல செய்திகளைத்தான் போடுகிறீர்கள்! நம்ம வீட்டுப்பெண்களுக்கு எளிமையாக புரியற மாதிரி 'பெண்கள் பகுதி' என்று ஒரு பகுதி அமைத்து அதில், இந்த துளசி, தூதுவளை, போல உள்ள மூலிகைகளை எப்படி யெல்லாம் பயன்படுத்தலாம் என்று விளக்கினால் நன்றாக இருக்கும். ஏன்னா? அவங்கத்தான் மூலிகையை நல்ல முறையில் பொறுமையாகப் பக்குவம் செய்து அளிப்பார்கள். இந்த மாதிரி செய்தீங்கன்னா நல்லா இருக்கும்' என்று ஆலோசனை கூறி என்னை மறுபடியும் வியப்பில் ஆழ்த்தினார்.

அமைச்சராகி 1 மாதம் கூட ஆகவில்லை, 'மூலிகை மணி' பற்றியும், அதில் செய்யப்பட வேண்டிய மாற்றங்கள் குறித்தும், எந்த மூலிகை எங்கு விளையும் என்பதை யெல்லாம் அறிந்து பேசுகின்றாரே என்று வியந்தேன்.

பெண்கள் பகுதி ஆரம்பிப்பது குறித்து அமைச்சருக்கு நன்றியுடன் சம்மதம் அளித்துவிட்டு பேட்டியைப் பற்றி நினைவூட்டினேன்.

'இங்கேயா....ஐயையோ! நீங்க 1 மணி நேரம் கேட்டிருக்கீங்க. இங்கே 20 பேர் காத்திருக்காங்க? எப்படி பேட்டி தர முடியும். ஒன்று செய்யுங்கோ! நாளை காலை 11 மணிக்கு அலுவலகம் வந்து விடுங்கள் பேட்டியை முடித்துவிடலாம்' என்றார். மறுநாள் 11-மணிக்குச் சென்றேன். சுந்தரம் வரவேற்றார்.

ஏகப்பட்ட மக்கள் கூட்டம் உட்காரக்கூட இடமில்லை. மணி 12 ஆகியது. அமைச்சருடன் ஏதோ முக்கிய விவாதம் நடந்து கொண்டிருந்தது. மணி 1 ஆகியது எனக்குப் பசி ஏற்பட்டது. பிற்பகல் 4 மணிக்கு வருவதாகக் கூறி திரும்பிவிட்டேன். 4 மணிக்குச் சென்றால், அமைச்சர் எதிரில் என்னை உட்காரச் சொன்னார். பேட்டி தரப்போகிறார் என்று பார்த்தால், புற்றீசல் போல் ஒவ்வொரு பிரச்னையாகப் பேசித் தீர்த்துக்கொண்டிருந்தார். வெளியேறிவிடலாமா என்று ஒரு கணம் நினைத்தேன். ஆனால் கவர்ச்சியான புன்னகை பூத்த அவர் முகமும்-கனிவான பேச்சும், என்னை ஈர்த்து உட்காரவைத்து விட்டது. இறுதியாக. இரவு எட்டு மணிக்கு Guest House-இல் வரச் சொன்னார். அவ்வாறே சென்றேன். அவருடைய உதவியாளர், திரு. சச்சிதானந்தம் வரவேற்று அமரச் சொன்னார். தான் ஒரு சித்த மருத்துவரின் மகன் என்று பெருமையுடன் அறிமுகப்படுத்திக் கொண்டார். 9-30 வரை காத்திருந்தேன். அமைச்சர் வரவில்லை. மறுநாள் வருவதாகக் கூறித் திரும்பிவிட்டேன். மறுநாள் காலை சென்றபோது வழக்கம் போல் கூட்டத்திற் கிடையே பனியன் போட்ட டிரஸ்ஸுடன் பிரச்னைகளை அலசிக் கொண்டிருந்தார்.

என்னைப் பார்த்ததும், 'உங்க பிரச்னையைத்தான் என்னால் தீர்க்க நேரம் கிடைக்கவில்லை! இன்று இரவு 8 மணிக்கு, மேல் மாடியில் என் தனியறையில் வந்து இருங்கள். இன்றைக்கு எப்படியும் முடித்து விடலாம்!' என்றார்.

நம்பிக்கையை இழக்காமல் மறுபடியும் இரவு எட்டு மணிக்குச் சென்றேன்.

மருத்துவ மனை ஊழியர் உண்ணாவிரதம் குறித்து அரசு அதிகாரியுடன் முக்கியமாகப் பேசிக் கொண்டிருந்தார். மணி 8-30 ஆயிற்று திரு. சச்சிதானந்தத்திடம் நினைவூட்டுமாறு வேண்டினேன். அவராலும் நெருங்க முடியவில்லை. தீவிரமாக பேசிக் கொண்டிருந்தார்.

இடையில் அமைச்சரின் இன்னொரு நேர்முக உதவியாளர் திரு. இருங்கோவேள்—இரவு 10-10 மணிக்கு மலைக்கோட்டை எக்ஸ்பிரஸில் திருச்சி செல்ல இருப்பதை நினைவூட்டினார். அதனைக் கேட்டு அதிர்ச்சி அடைந்தேன்.

1 மணி நேர பேட்டிக்கு அனுமதிகோரிய நான் 15 நிமிட பேட்டி கொடுத்தால் போதும் என்ற முடிவுடன் மணியைப் பார்த்தேன். 9-15 இன்னும் வாதம் முடியவில்லை. நானும் விடுவதாயில்லை. 9-30 ஆயிற்று. விவாதத்தில் ஈடுபட்டிருந்த அதிகாரி முடிப்பதாகக் காணோம். 9-45 ஆயிற்று, 'இதற்கு மேல் எப்படி முடியும்? ஒன்று செய்யுங்கள், மினிஸ்டருடன் ரயிலிலேயே சென்று பேட்டியை எடுத்து வாருங்கள். இன்றைக்குப் போனால் நான்கு நாள் கழித்துத்தான் திரும்புகிறார்' என்று அழகிய, அவசர ஆலோசனை வழங்கினார், திரு. சச்சிதானந்தம். உடனே சம்மதித்து, அமைச்சரிடம் அனுமதி கோரினேன். அவரும் சிரித்துக் கொண்டே சம்மதித்தார்.

15 நிமிடத்தில் வீட்டிற்குச் சென்று விஷயத்தைக் கூறிவிட்டு எழும்பூர் புறப்பட்டேன், மணி 10-5 வண்டி புறப்பட 5 நிமிடங்கள் தான். இன்னும் அமைச்சர் வரவில்லை. 10-8 ஆயிற்று பெரிய கூட்டத்துடன் அமைச்சர் ஓர் அஷ்டாவதனி போல் வந்தார். முதல் வகுப்பில் ஏறினார்; கூட்டமும் ஏறியது; நானும் தொடர்ந்தேன். பச்சைக் கொடி காட்டப்பட்டது. வண்டியில் அமைச்சருடன் அப்போதும் நான்குபேர் பேசிக் கொண்டிருந்தனர். இறுதியில், ஒரு வழியாக எல்லோரும் இறங்கினர். வண்டியும் பெருமூச்சு விட்டவாறு பிளாட்பாரத்தினைக் கடந்தது. உள்ளே எட்டிப் பார்த்தேன். அமைச்சர் நீண்ட மூச்சு விட்டவாறு, என்னைப் பார்த்து, 'வாங்க சார்! வாங்க' உங்க வேலையை முடித்துவிட்டுத்தான் சாப்பிடப் போகிறேன். எவ்வளவு முறை காக்க வைச்சுட்டேன் என்று மிகவும் யதார்த்த அன்புடன் எந்தவொரு கெடுபிடியுமின்றி நண்பரிடம் பேசுவதுபோல் அழைத்தார் நானும் உள்ளே நுழைந்தேன். டேப் ரிகார்டரை இயக்கினேன். பேட்டியைத் துவக்கினேன். அப்போதும் சுற்றிலும் 10 பேர் இருந்தனர். மலைக்கோட்டை எக்ஸ்பிரஸ் துரித வேகத்தில் 'தடக், தடக்' என்ற ஓசையுடன் ஓடிக் கொண்டிருந்தது.

'Sir, Shall we start ?' என்று கேட்டேன்.

'Yes, certainly' என்றார்.

முதற் கேள்வியைத் துவக்கினேன். மணி 10-20 ஆகியிருந்தது.

(தொடரும்)

இதய ஒலி

திரு. ஆ. இரா. கண்ணப்பர் அவர்களுக்கு,

நீங்கள் மூலிகைமணியின் மூலம் சிறந்ததொரு சேவையினை மக்களுக்கு ஆற்றிவரும் பணியினைக்கண்டு மிக்க மகிழ்ச்சியடைகிறேன். தொடர்ந்து உங்களது சேவை மக்களுக்குச் சிறந்த பயனை கிடைத்து வருவதற்கு என் அன்பார்ந்த நல்வாழ்த்துக்கள்.

A. பொன்னுசாமி, அரசினர் மாணவர் இல்லம், சத்தியமங்கலம்–1

⊙ ⊙ ⊙ ⊙ ⊙

செந்தமிழ் அன்னை செய்தவப் பயனுய்
வந்துதித் திட்ட வைத்திய ரத்னம்
மூலிகை மணியின் மேதகு ஆசான்
கூலிகைக் கொள்ளாக் குவலயத் தொண்டர்
என்னப்பர் ஆகிய கண்ணப்பர் அவர்களே,
என்னுடைய வணக்கம் ஏற்கவும் பலவே!
இப்பவும் தாங்கள் இனிதே திருத்தணி
சித்திரா பௌர்ணமி திருவிழா எடுத்து
இறைவழி பாடு இயற்றுவித் திட்டு
நிறைமகிழ் வோடு நேயரெல் லார்க்கும்
திருநீறு சந்தனம் குங்குமம் ஆகிய
அருட்பிர சாதம் அனுப்பிவைத் தீர்கள்
அடியே னுக்கும் அனுப்பிவைத் தீர்கள்
அடியேன் நன்றி அறிவித்துக் கொள்கிறேன்.

அ. பிரகாசம், கொடுமுடி

⊙ ⊙ ⊙ ⊙ ⊙

பெருமதிப்பிற்குரிய ஐயா அவர்களுக்கு,

திருத்தணிகைப் பெருமான் திருவருட் பிரசாதம் பெற்றேன். மெத்த மகிழ்ச்சி. தமிழ் நாட்டிலே எவ்வளவோ பத்திரிகைகள் வந்தபோதிலும், தங்களைப்போன்று வாசகர்களையும் ஒரு பொருட்டாகக் கருதி, அவர்களையும் பேரருளுக்கு பாத்திரராகும்படி செய்வது தங்களைத் தவிர வேறு யாரும் இல்லை. மீண்டும் மீண்டும் என் நன்றிகலந்த வணக்கங்களை சமர்ப்பித்துத் தங்கள் நல்லாசிகளை வேண்டி நிற்கிறேன்.

A. கோபால்சாமி, யுனைடெட் பிளிச்சர்ஸ் லிமிட்.
மேட்டுப்பாளையம்–641 401

கருத்தரங்கு பற்றிய கருத்து

ஐயா, தாங்கள் நடத்தி வரும் 'சித்த மருத்துவ ஆய்வுக் கழகத்தின்' கருத்தரங்குகள் மிகவும் பயன் தருவதாகும். இவைகளைப் புத்தக வடிவில் விரைவில் வெளியிடுவது மிகவும் அவசியமாகும். இப்படிக்கு,

டாக்டர். ம. நடராசன்.
முன்னுள் முதல்வர், சென்னை மருத்துவக் கல்லூரி,
24, லட்சுமி தெரு, கீழ்ப்பாக்கம், சென்னை–10.

நோயும் மருந்தும்

வாசகர்கள் கேள்வியும்—ஆசிரியர் பதிலும்

[வாசகர்கள் கேட்கும் நோய் தொடர்பான வினுக்களுக்கு ஆசிரியர் கண்ணப்பர் எளிய மூலிகை சிகிட்சை முறைகளைக் கூறுகின்ருர் ஏற்கனவே வெளிவந்த 'கேள்வி—பதில்கள்' தொகுக்கப்பட்டு 'நோயும்-மருந்தும்' எனும் தலைப்பில் புத்தகமாக வெளியிடப்பட்டுள்ளது. 300க்கும் அதிகமான நோய்களுக்கு எளிமையான—விளக்கமான பதில்கள் இந்நூலில் இருப்பதை அறியலாம் பலரும் படித்துப் பயன் பெற்றுவருகின்றனர். இந்நூல் வீட்டிலிருந்தால், டாக்டர் ஒருவர் வீட்டிலிருப்பதற்குச் சமம். ரூ. 8/- மட்டும் M.O. மூலம் "மூலிகை மணி, 19, அருளாம்பாள் தெரு, தி. நகர், சென்னை—17" எனும் முகவரிக்கு M.O. அனுப்புங்கள். உடன் எமது செலவில் புத்தகங்களை அனுப்புகிறோம்.]

கேள்வி: அ. இ. அ. தி. மு. க. அரசு சித்த மருத்துவ முன்னேற்றத்திற்குப் பாடுபடும் என்பதற்குரிய அறிகுறிகளை அமைச்சர் சௌந்திரராசன் பேச்சிலிருந்து காண முடிகிறது. தங்கள் கணிப்பு எப்படி?

பதில்: அறிகுறிகள் தென்படாமல் இல்லை. என்ருலும் துணிந்து பல செயல்களை உடனடியாக மேற்கொண்டால்தான், தேங்கியிருக்கும் பல முன்னேற்றத் திட்டங்கள் உருப்படும். உடனடியாக, அமைச்சர், 'சித்த மருத்துவ ஆலோசனைக் குழு' ஒன்றினை அமைத்து, அதன் பரிவுரைகளை ஏற்று நடத்த முன் வந்தால் அ. இ. அ. தி. மு. க. அரசு, முந்தைய அரசின் சாதனைகளை விஞ்சலாம்.

கே: கை கால்களில் உள்ள விரல் நகங்கள் சிதைவுறுகின்றன அடிக்கடி நகச்சுற்று ஏற்படுகிறது. தடுக்கவும் நீக்கவும் வழி கூறுங்களேன்?

ப: உடம்பில் போதிய அளவு சுண்ணும்புச் சத்து இல்லையெனில் இப்படிப்பட்ட கோளாறு வரும். எனவே, கரும்புச்சாறு, பதநீர், விளாம்பழம், நெல்லிக்கனி, எலுமிச்சம் பழம், போன்றவற்றை தொடர்ந்து உணவில் சேர்த்து வாருங்கள் நகக் கோளாறு வராது தடுக்கலாம். எலுமிச்சம் பழத்தினை நகச்சுற்று வந்தபின் அதன் மீது சொருகிவைக்க குணமாகும். நகம் சொத்தையாகாமல் இருக்க வாரம் ஒரு முறை மருதாணி இலைகளை அரைத்துப் பூசி வரவும்.

கே: நான் ஒரு பெண். தோலில் சுருக்கங்கள், வறட்சி ஆகியன வராமலிருக்க என்ன செய்யலாம்?

ப: குளிக்கும்போது உடம்பில் மஞ்சள் பூசுங்கள்; சோப் தேய்க்க வேண்டாம். உணவில் உப்பின் அளவைக் குறையுங்கள்; தேன், பால், மோர் எலுமிச்சை, ஆப்பிள், காரட், வெங்காயம் போன்றவற்றை அடிக்கடி சாப்பிடுங்கள். இரவில் படுக்கும்போது ஆலிவ் எண்ணெய் தேய்த்துக்கொள்ளுங்கள். வாரம் ஒரு முறை முகத்தில் 'வெண்ணெய்' பூசி ½ மணி கழித்து குளியுங்கள். முகம் வழ வழப்புடன் அழகாக இருக்கும்.

கே: 'ஆனந்த விகடன்' இதழில் தங்கள் மகன் க. வேங்கடேசன் பற்றிய 'சில வரிச் செய்திகள்' படித்தேன், 'புலிக்குப் பிறந்தது பூனையாகுமா?' என்பது உறுதியாகியது. சித்த மருத்துவத்தில் ஆராய்ச்சி செய்வதாக அறிந்தேன்? இதுவரை என்ன கண்டு பிடித்திருக்கின்றார்?

ப: பாராட்டுதல்களுக்கு நன்றி! 'குலக் கல்வி பாகம் படும்' என்னும் மூத்தோர் மொழி பொய்த்துவிடுமா? பொதுவாக, என் வீட்டில் எல்லோருக்கும், 'மருத்துவம்' கைவந்த கலைதான். அவ்வகையில் என் மூத்த மகன் குலக் கல்வியான, மருத்துவத்துடன், தமிழ் இலக்கியத்தினையும்–அறிவியல் படிப்பினையும் ஆராய்ச்சி மனப்பான்மையினையும் பெற்றுள்ளான். மேலும் டாக்டர் சஞ்சீவி, டாக்டர் சி பாலசுப்பிரமணியன், நெ. து. சுந்தர வடிவேலு ஆகிய சான்றோர்களின் உதவியால், மேல்நிலை ஆராய்ச்சிக்கு வழி கிடைத்தது. கிடைத்த வாய்ப்பினை இறைவன் அருளால் செவ்வனே செய்து வருகின்றான். சித்த மருத்துவம் பற்றிய ஆராய்ச்சியினை, 'பி.எச்.டி.' பட்டத்திற்கு அளிக்க இருக்கின்றான். அதனை யொட்டிய மூன்று நூல்களை எழுதி வெளியிட்டுள்ளான். அத்துடன் சில நோய்களுக்குரிய மூலிகை மருந்துகளை நவீன முறைப்படி சோதனை செய்து வருகின்றான். எல்லாவற்றிற்கும் மேலாக, சித்த மருத்துவம், மூலிகைகள் பற்றி மக்களிடையே பரப்ப வேண்டும் என்ற என் எண்ணத்தினை மேலும் பலமாகத் தன்னுள்ளத்தில் கொண்டு செயலாற்றி வருகின்றான். அதன் காரணமாக, ஆங்கிலத்தில் ஒரு மாத இதழ் நடத்தத் திட்டமிட்டுள்ளான். இதனால், தமிழகத்தில் மட்டும் ஒலித்துவந்த மூலிகை மணியின் குரல், உலகெங்கும் ஒலிக்க வாய்ப்புண்டு! இறைவன் அருளும், தங்களைப் போன்ற எண்ணற்ற வாசகர்களின் ஆதரவும் துணை நிற்க வேண்டும்.

கே: 'பி' பிரிவு மருத்துவர் பதிவு முறை இன்னும் நடைமுறையில் உள்ளதா? நான் பரம்பரை மருத்துவர் ஒருவரின் மகன் பதிவு பெற என்ன செய்ய வேண்டும்

ப: 'பி' பிரிவு மருத்துவர் பதிவு முறை தற்போது நடைமுறையில் இல்லை இதனை மறுபடியும் நடைமுறைக்குக் கொண்டுவர தற்போதுள்ள அரசு தீவிரமாக ஆய்ந்து வருகிறது. சித்த மருத்துவர்களும், மக்களும் ஒன்றுபட்டு அரசிடம் வேண்டுதல் செய்தால், விரைவில் இப்பதிவு முறை மீண்டும் நடைமுறைக்கு வரும்? அதுவரை பொறுத்திருக்க வேண்டியதுதான்!

கே: என் குழந்தைக்கு 'கக்குவான்' இருமல் உள்ளது? இருமும்போது வேதனையாக உள்ளது? பிற குழந்தைகட்கும் தொற்றிவிடுமோ என்றும் அச்சமாக உள்ளது? இதனைத் தீர்க்க மூலிகை மருந்து கூறவும்.

ப: ஐயோ! பாவம்! கவலைப்பட வேண்டாம்! கக்குவான் தொற்று நோய்தான் எனவே, மற்ற குழந்தைகளுக்குத் தடுப்பு மருத்துவம் செய்துவிடுங்கள். நோயுற்ற குழந்தைக்குக் கீழ்க்கண்ட முறையால் சிகிட்சை செய்யுங்கள் :-

'தவனம்' என்றொரு பூ, பூக்கடையில் கிடைக்கும். இதனை வாங்கி வந்து இடித்து ஒரு சங்களவு சாறு எடுத்து தேன் அதே அளவு கலந்து காலை, மாலை இருவேளை வீதம் 5 நாட்கள் புகட்டுங்கள். நோய் படிப்படியே தணியும் பிற குழந்தைகளுக்கு தொற்றுமல் இருக்க, துளசி இலைச்சாறு 10 சொட்டு தேனில் கலந்து கொடுக்கவும் அத்துடன் நோய் கடுமையாகி குழந்தை சளித் தொல்லையில் அவதிப்பட்டால், சித்த மருத்துவரிடம் சென்ருல், அவர் பவள பற்பம், மான் கொம்பு பற்பம் ஆகியவற்றைத் தருவார். அதனைத் தேனில் குழைத்துக் கொடுங்கள்.

கே: உண்மையான சித்தர்களை எப்படிக்கண்டுபிடிப்பது. ஏதாவது சிறப்பான அறிகுறிகள் உண்டா?

ப: இதற்கு நீண்ட விளக்கம் தர வேண்டுமே! பக்கம் ஏது நண்பரே! ஒன்று செய்யுங்கள்; டாக்டர் மாணிக்கவாசகம் அவர்கள், "நம் நாட்டுச் சித்தர்கள்" எனும் தலைப்பில் 328 பக்கத்தில் நூல் எழுதி வெளியிட்டுள்ளார். 14 ரூபாய் மணியார்டர் அனுப்பி, அந்த நூலை வாங்கிப் படியுங்கள். சித்தர்களைப் பற்றிய பல தீர்க்கமான விளக்கங்களைப் பெறலாம், முகவரி : அன்னை அபிராமி அருள்,
23 6, செல்லம்மாள் தெரு,
செனுய்நகர், சென்னை-600 030

கே: என் மனைவி கருவுற்றிருக்கின்ருள். திருமணமாகி ஐந்து மாதங்களாகின்றன. தலைமுடி அதிகமாக உதிர்கின்றது இதனைத் தடுக்க என்ன செய்யலாம்.

ப: திருமணமான பலருக்கு, முடி உதிர்வதும் இயல்பே. அவ்வாறு முடி இழந்தவர்கள், அதற்காகக் கவலைப்பட வேண்டாம். மறுபடியும் வளரும். எமது தயாரிப்பான 'அவுரித் தைலம்' முடி செழித்து வளர உதவக்கூடியது. அதனை வாங்கிப் பயன்படுத்தினுல் இப்பிரச்னை தீரும்.

கே: நான் ஒரு கல்லூரி மாணவன் ஹாஸ்டல் உணவால், பித்தமும், வாய்வும் ஏற்படுகிறது? இதனைத் தீர்க்க எளிய சிகிட்சை கூறுங்களேன்!

ப: கல்லூரி மாணவரே! எலுமிச்சம் பழமும், தேனும், சுக்கும் இருக்கும் வரை ஏன் கவலைப்படுகின்றீர்! பித்தம் அதிகமானுல், எலு

மிச்சம் பழச்சாறு ஓர் அவுன்ஸ், தேன் 2 டீஸ்பூன், வெந்நீர் 4 அவுன்ஸ் கலந்து காலைவேளை பருகுங்கள். பித்தம் தணியும், வயிற்றுக் கோளாறு வராது. வாய்வு அதிகமானால், 'சுக்கு' பொடி செய்து வாயி லிட்டு வெந்நீர் குடியுங்கள், வாய்வு வெளியேறும்.

கே: முட்டைக்கு ஈடான சைவ உணவு எது ?

ப : ஆரஞ்சு, பப்பாளி, ,விளாம் பழம், சப்போட்டா, எலுமிச்சை காரட், ஆப்பிள் ஆகியன.

கே: குழந்தைகளுக்கு நலம் அளிக்கக் கூடிய தீமை தராத தின்பண்டங்கள் எவை? எப்படிக் கொடுக்கலாம் ?

ப : பால்கோவா, கேக், உருளைக் கிழங்கு, நேந்திரங்காய் சிப்ஸ்' மிளகுவடை போன்றவை உடலுக்கு நலம் தரும் தீமை தராத தின்பண் டங்கள். அன்றாடம் ஒன்றாகத் தரலாம், அளவுடன் தரவும்.

கே: காபி, டீ, இரண்டில் எது நல்லது ?

ப: இரண்டும் கெடுதல்தான். காலையில் நீராகாரம் பருகுங்கள். மாலையில் 'காம்ப்ளான்' பருகுங்கள் நலம் பெறலாம்.

கே: வெந்தயக் கீரையை அடிக்கடி சாப்பிடலாமா? அதனால் என்ன பயன் !

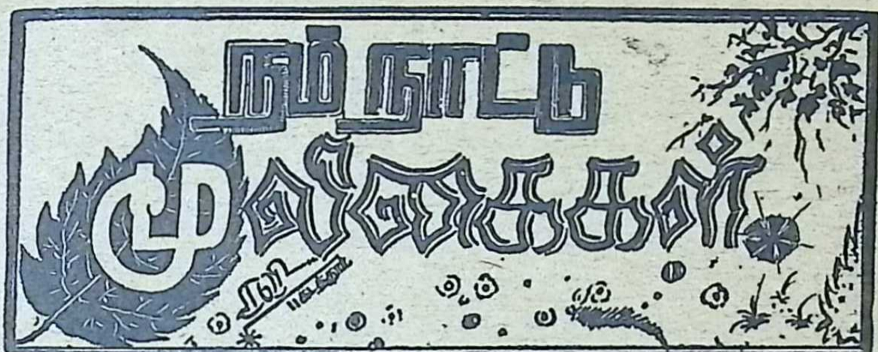
ப : அடிக்கடி சாப்பிடக் கூடாது. 15 நாட்களுக்கொருமுறை சாப்பிடலாம். அடிக்கடி சாப்பிட்டால் உடல் குளிர்ச்சியாகி, சளி பிடிக்கும். இடுப்பு, கைகால் அசதி வலி உள்ளவர்கள் வாரம் ஒரு முறையாக, 4 வாரம் சாப்பிட அவை விலகும். நரம்புகள் வலிமை பெற வெந்தயக்கீரை உதவும். அதிக உஷ்ணம் கொண்டுள்ளவர்களுக்கும், வெந்தயக் கீரை அருமருந்தாகும்.

கே: துளசியை அன்றாடம் பயன்படுத்தலாமா ? அதனால் என்ன பயன் ஏற்படும் ?

ப : அன்றாடம் ஐந்து துளசி இலைகளை மென்று தின்றுவந்தால், நுரையீரல், இதயம் தொடர்பான நோய்கள் வராமல் தடுக்கலாம். அந்த நோய் வந்தவர்கள், பத்து இலை வீதம் 40 நாட்கள் தொடர்ந்து சாப்பிட்டுவர, நோய் தணியும்.

கே: கண்ணுக்கு மைதீட்டுவது நல்லதா ?

ப : நல்லதுதான். ஆனால் ரசாயன முறையில் விற்கும் மையினால் அல்ல; நாமே தயாரிக்கும் கரிசலாங்கண்ணி மையினால் மட்டும் நன்மை உண்டு.



218-வது மூலிகை

அலரிச் செடி

(NERIUM ODORUM SOLAND)

ஆலயம் செல்லும் அனைவரும் அறிந்த செடி அலரிச் செடி. சிவ பெருமானுக்குப் பிரியமான மூலிகைகளில் அலரியும் ஒன்று. ஒன்று பார்த்தீர்களா? நமக்கு எதெல்லாம் நஞ்சாக விளங்குகிறதோ—அவையெல்லாம் சிவனுக்கு அமிர்தமாக—பிரியமாக விளங்குகிறதே. இதுதான் இறைவனின் தனித் தன்மையோ! நாம் நஞ்சு எனக்கருதி ஒதுக்கும் 'எருக்கன்' சிவனுக்குப் பிரியமான மாலையாகிறது. நாமும் தேவர்களும் கண்டஞ்சிய நஞ்சான ஆலகாலம், சிவனுக்கு அமிர்தமாயிற்று. அதே போல், நமக்கு நஞ்சாகும், 'அலரி' சிவனுக்கு அன்றாட அர்ச்சனை மலராகிறது. சிவனின் பெருமை—எளிமை இதனின்று புலனாகிறதல்லவா?

ஆகவே, கொடிய நஞ்சுத் தன்மை கொண்ட மூலிகைகளில், 'அலரிச் செடி'யும் ஒன்றாகும். வாழ்க்கையில் விரக்தியும், வெறுப்பும், வாழ வகையுமின்றி தவிப்பவர்கள் அலரி வேரினை அரைத்துக்குடித்து மாண்ட செய்திகள்—பலவற்றைத் 'தினத்தந்தி' படிப்பவர்கள் அறிந்திருப்பர். உயிரைக் கவரும் நஞ்சுத் தன்மை கொண்ட இச்செடிக்குத் தான் எவ்வளவு அழகிய மலரை இறைவன் அளித்துள்ளான் பாருங்கள். கவர்ச்சி நிறைந்த வண்ணங்களில் ரோஜா மலரை போன்று பூக்கும் மலர்களைக் கொண்டது 'அலரி'.

பொது விவரம்

இந்தியா முழுமையும் ஆண்டு முழுவதும் வளரக்கூடிய செடியினம் 'அலரி'—ஆலயங்களிலும், தோட்டங்களிலும், பூங்காக்களிலும் பயிரிட்டு அழகுக்காகவும், பூஜைக்குரிய இதன் மலருக்காகவும் வளர்ப்பார்கள். வெண்மை, செம்மை, மஞ்சள் ஆகிய மூன்று வண்ணங்களில் இதன் பூக்கள் மலரும். ஆழ்ந்த பச்சைநிற நீட்டோலை போன்ற இலைகளையுடைய இச்செடியில் பூக்கும் இம்மலர்கள் காண்பார் கண்களைக் குளிர்விக்கும். வெள்ளலரி, மஞ்சளலரி, செவ்வலரி என அழைக்கப்பெறும். ஓரடுக்கு முதல் பல அடுக்குள்ள இதழ்களையுடைய இம் மலர்கள், வாசனையற்றதாயினும் அழகுடையவையாகும்.

பொதுக்குணம்

அலரிச் செடியின் பூ, வேர்ப் பட்டை, இலை ஆகியன மருத்துவ குணமுடையன. நஞ்சுத் தன்மை கொண்டதால் இதனை உள்ளுக்குப் பயன்படுத்தமாட்டார்கள். பயன் படுத்தவும் கூடாது. வெளிப்பிர யோகமாகத் தைலம் போன்ற முறைகளில் பயன்படுத்துவர், வேர்ப் பட்டை மிகவும் நஞ்சுத் தன்மை உடையது உயிரைக் கொல்லும் கொடிய சத்துக்கள் வேரில் உள்ளன. ஆனால், அத்துடன் கிருமிகளை யும், ரணங்களையும் ஆற்றும் மருத்துவக் குணமும் உண்டு. அதனால் தான் இதனை சித்த மருத்துவர்கள் சில நோய்களுக்கு மேற்பூச்சுக்காக வும், உலோக நஞ்சுகளை முறிக்கவும் இதனைப் பயன்படுத்துகின்றனர். பொதுவாக வாந்தியை உண்டாக்கும்; கிருமிகளைக் கொல்லும்; ரணங் களை ஆற்றும், உலோக நஞ்சுகளை அகற்றும்.

மருத்துவப் பயன்கள்

அலரிப் பூ, ஆறுத ரணங்கள், புடைத்துள்ள கட்டிகள், கிரந்திப் புண்களை நீக்கும். இதனை இடித்தரைத்து நல்லெண்ணெய் ஒரு லிட்டர் வாங்கிக் கலந்து காய்ச்சி பதத்தில் இறக்கி அதனை மேற்பூச்சாகப் பூசி வர அவை ஆறும்; அல்லது பூக்களை அரைத்து அப்படியே மேற்பூச் சாகப் பூசி வரலாம்.

வெப்பருசி குட்டம் விதாகம் சொறி சிரங்கு
செப்பிரத்தம் புண்பித்தஞ் எண்ணியெரி விப்படியில்
தங்குமோ கும்பத் தனத்தணங்கே! வாசஞ்சேர்
கொங்கலரிப் பூப் பெயரைக் கூறு. (அ,கு.)

சொறி, சிரங்கு, கரப்பான், படை ஆகியவற்றிற்கு இவ்வாறு 10நாட்கள் செய்துவர அவை ஒழியும்.

காது நோய்களுக்கு

காது நோய்களான, சீழ் வடிதல், ரணம், காது வலி ஆகியன விலக இதன் வேர்ப்பட்டை 35 கிராம் எடுத்து இடித்து அத்துடன் ஊமத்தன் இலைச்சாறு ½ லிட்டர், நல்லெண்ணெய் ஒரு லிட்டர் கலந்து காய்ச்சி பதத்தில் இறக்கி வடிகட்டி, காதில் 5 முதல் 10 சொட்டு, வயதிற்கேற்ப, காலை, மாலை இருவேளை விட்டு வர அவை நீங்கும்.

தாம்பிரம் செந்தூரமாக

தாம்பிர செந்தூரம் செய்ய, அலரி வேர்ப்பட்டைக் கவசம் செய்து புடமிடுவார்கள். இதனால், தாம்பிரத்தில் உள்ள உலோக நஞ்சு முறிந்து செந்தூரிக்கும்.

ஆண்குறி போன்ற இடங்களில் வரும் புண்கள் மீது, இதன் வேர்ப் பட்டையை நீர்விட்டு அரைத்துப் பற்றுபோட அவை ஆறும்.

குட்ட ரோகத்திற்கு

வேர்ப்பட்டையிலிருந்து தயாரிக்கப்படும் ஒரு வித எண்ணெய், தோல் நோய்களையும், குறிப்பாக குட்ட நோய்களைக் குணமாக்கப் பயனாகிறது. நஞ்சானாலும், 'அலரிச்செடி'யினை, சித்த மருத்துவர்களும், கிராம மக்களும், அதனை வெளிப்பிரயோகப் பயன்படுத்தி வருகின்றனர் என்பது பெருமைக்குரிய செய்தியன்றோ! அவ்வகையில் நாமெல்லாம் சிவனடியார்கள் தான். சிவனுக்குப் பிரியமான 'அலரிச்செடி'யை மருந் தாக்கிப் பயன்படுத்தும் நாமும் 'சிவனடியார் தான்' என்றால் மிகை யல்லவே!

⁂ ⁂ ⁂

கருத்து மலர்கள்

— டாக்டர். ந. சஞ்சீவி —

- சாதி ஒரு சதி.
- சொல்லுக்கு வாய்த்த சல்லடை சட்டம்
  நினைவுக்கு வாய்த்த சல்லடை தத்துவம்
  செயலுக்கு வாய்த்த சல்லடை அறம்/சமயம்.
- நல்ல–வல்ல–நீதிபதியைப் போலவே நல்ல ஞானியும் உணர்ச்சிகள் பற்றிய மெய்ப்பாடுகளைக் காட்டிக்கொள்ள மாட்டான்; இன்னும் சொன்னால், அவன் உள்ளத்தில் உண்மைகட்கே இடமுண்டு; உணர்ச்சிகட்கு இல்லை.
- பக்தி நெறி — Localised; ஞான நெறி — Universalisсd.
- தன்மானத்திற்குப் பகை அவமானம்
  தவமானத்திற்கு நட்பு அவமானம்.
- ஐம்புலன் – ஐம்பூதம்; மெய் – மண்; வாய் – நீர்; கண் – தீ; மூக்கு – ஆகாயம்; செவி – வளி.

  சித்தர்கள் ஐம்புலனை அடக்கல் மூலம்பெறும் ஆற்றலால், ஐம்பூதங்களையும் அடக்குகின்றனரோ?
- மான, அவமானங்களையெல்லாம் கடந்தவனே ஞானி.
- ஆன்மீக நெறி அனுபூதி நெறி
  அனுபூதி நெறி அருமறை (இரகசிய) நெறி !
- சிந்தனையாளனைச் சமுதாயம் வந்தனையாளனாகவோ, நொந்தனையாளனாகவோ ஆக்கிவிடல் கூடாது.
- சிந்தித்தால் இறைவனை சிந்தி; இல்லையேல் எவனையும் எதையும் சிந்தியாதே !
- ஆன்மீகன் சிறுசிறு செய்திகளிலும் தூய்மை காத்திடவேண்டும்.
- கள்ளனும் உள்ளத்தைக் காட்டுவதில்லை;
  ஞானியும் உள்ளத்தைக் காட்டுவதில்லை.
- Good men are God–Men
  God–Men are good men !

கவனிக்க

சென்னையில் வீட்டு எண்கள் மாற்றம் காரணமாக, மூலிகைமணி அலுவலக எண்ணும் மாறியுள்ளது. கீழ்க்கண்டவாறு இனி முகவரி எழுதுமாறு வாசகர்கள் கேட்டுக் கொள்ளப்படுகின்றனர்.

மூலிகை மணி
அஞ்சல் பெட்டி எண் : 1406
19, அருளாம்பாள் தெரு,
தி. நகர், சென்னை-600 017

என்று திருத்திய எண்ணுடன் எழுதுமாறு கேட்டுக்கொள்கின்றோம்.

புத்தகப் பகுதி :

எலுமிச்சம் பழத்தின் மருத்துவ மாண்பு

நூலின் பெயர் : எலுமிச்சம்பழம், ஆசிரியர் : கொ. ரா. வேலாயுதம்
வெளியிட்டோர் : தமிழ்நாடு இயற்கை மருத்துவ சங்கம்,
காந்தி நிலையம், மதுரை-625 020.

மருத்துவ மன்னன் எலுமிச்சம் பழம் என்றால் தனிச் சிறப்பான பல அரும் பெரும் குணங்களை உள்ளடக்கிக் கொண்டுள்ள ஒன்றாகும். ஏனைய பழங்களில் எவற்றைப் பரிசோதித்துப் பார்க்கிலும், குணங்களில் ஏறக்குறைய இருக்கும். ஆனால் மருத்துவ குணப் பொருட்கள் எவ்வளவு அதிக பட்சமுள்ளனவோ அவை அனைத்தையும் எலுமிச்சம் பழம் பெற்றிருக்கிறது. இதனை மருத்துவ மன்னன் என்று சொன்னால் மிகையாகாது.

நோய் வாராமல் தடுத்துக்கொள்ளவும் மாந்தரின் உடல் நலத்தைக் காத்துக் கொள்ளவும் உடலுக்கு என்னென்ன பொருள்கள் மிகவும் அத்யாவசியமோ அவை அனைத்தும் எலுமிச்சம் பழத்தில் அடங்கியுள்ளன. எலுமிச்சையின் அருங் குணங்களை எவ்வளவுதான் புகழ்ந்துரைத்தாலும் அவை மிகையாகா. ஆம். அதனால்தான் எலுமிச்சையை மண்ணகத்தின் அமிழ்தம் என்றனர் பெரியோர்.

எலுமிச்சையின் தாயகம் பாரதம். முதன் முதலில் 12வது நூற்றாண்டில் அரேபிய வியாபாரி இவ்வழகிய பழத்தை ஸ்பெயின் நாட்டிற்குக் கொண்டு சென்றான். இந்த விதமாக ஐரோப்பாத் தீவில் இதனுடைய பெருமை பரவ ஆரம்பித்தது. அதன் பின் சில காலத்திற் கெல்லாம் எலுமிச்சையின் முக்கியத்துவத்தை உணர ஆரம்பித்தார்கள். வர வர அளவற்ற பேர்கள் இதனை 1494ஆம் ஆண்டு முதல் ஸ்பெயின் நாட்டின் மார்க்கெட்டினின்று ஐரோப்பாவின் ஏனைய நாடுகளுக்கு ஏற்றுமதி செய்யத் தொடங்கினர்.

சில காலத்திற்கு முன்பு வரை அயல் நாட்டவர்கள் இதனுடைய சிறப்பை, குணங்களை அறியாதிருந்தனர். காரண மென்னவென்று கேட்டால் அவர்கள் இதனைச் சாதாரண புளிப்புடைய பழமாக மாத்திரமே தெரிந்து கொண்டிருந்தார்கள். ஆனால் இதனுடைய அருங் குணங்கள் ஒளிவிட்டு பிரகாசிக்கவும், அவர்கள் கூட இதன் தனிச் சிறப்புடைய உடல் நலத்தை யூட்டும் தன்மையை உணர்ந்து கொண்டார்கள். 1958ஆம் ஆண்டில் ஸ்காட்லாண்டின் புகழ்பெற்ற டாக்டர் ஜேம்ஸ் விண்ட் எழுதிய ஒரு நூலில் எலுமிச்சையின் மூலசக்தியைக் குறித்துக் கீழ்க்காணுமாறு அறிவுறுத்தினர்.

'எந்த மனிதனுக்கும் சரி, 40 நாட்கள் சமைக்காத காய், கறி, பழங்களை உண்ணக் கொடுத்து ஆராய்ந்து பார்த்தால் அவனுடைய இரத்தக் குழாய்கள் புத்துணர்வு பெற்று விளங்குவதை நாம் காண முடியும்.' அத்தகைய காய், கறி, பழங்களுக் கெல்லாம் தலைமை வகிக்கக் கூடியதும், நோய்களைப் போக்க வல்லதும், மருத்துவ

குணங்கள் நிறையப் பெற்றதுமான எலுமிச்சம் பழத்தினை 'மருத்துவ மன்னன்' என்றழைப்பதில் ஆச்சரியமென்ன இருக்கிறது ?

இரத்தம் கெட்டுவிட்டால் இரத்தத்தை தூய்மைப்படுத்துவதில் எலுமிச்சம் பழம் முதன்மையானது. காலப் போக்கில் பல்வேறு ஆராய்ச்சிகளுக்குப் பிறகு டாக்டர் ப்ளென் கூட 1875ம் ஆண்டிலும் அதற்குப் பிறகும் தனது ஆராய்ச்சியின் முடிவுப்படி 'கெட்ட இரத்தத்தை தூய்மைப்படுத்தும் மருந்துகளில் எலுமிச்சம் பழத்தைக் காட்டிலும் சிறந்தது மற்றொன்று இல்லை' என்கிறார். இது கெட்ட இரத்தத்தைத் தூய்மைப் படுத்துவதோடு மட்டுமின்றி சந்நிவாத நோயைக் கூடப் போக்கும் தன்மை பெற்றுள்ளது. 'தடுமத்தைத் தடுத்து நிறுத்துவதிலும், காய்ச்சலைப் போக்குவதிலும் எலுமிச்சம் பழரசம் ராமபாணத்தைப் போன்றது' என்று சர் ராபர்ட் மைக்கேரியன் என்னும் மேலைநாட்டறிஞர் ஒருவர் கூறுகின்றார். மேலும், பித்தப்பை சம்பந்தமாக விளையும் காமாலை போன்ற வியாதிகளைக் குணப்படுத்த எலுமிச்சை மிகவும் சிறந்தது. மிகவும் பழங்காலத்திலிருந்தே மலச்சிக்கலைத் தடுப்பதற்கு இதனை உபயோகித்துப் பயனடைந்திருக்கிறார்கள். மண்ணீரல் வீக்கம் ஏற்பட்டால் அந்த நிலையில் எலுமிச்ச பழ ரசத்தை உபயோகித்தால் நன்மை விளையும்.

சிலர் சாதாரணமாக எலுமிச்சையைப் புளிப்புக் குணமுடையதென்று மட்டும்தான் தெரிந்து கொண்டிருக்கிறார்கள் இன்னும் சிலர் இந்தப் பழத்தை உபயோகிப்பதால் புளிப்புக் குணமிகுதியினால் இரத்தத் தூய்மை ஏற்படாமற் போகுமோ என ஐயப்படுவார்கள். ஆனால் அப்படி சந்தேகப்பட தேவையில்லை. ஏனென்றால் சுவைக்குப் புளிப்பு உணர்வு ஏற்பட்டாலும், இதனுடைய தன்மை உடலுக்கு அதிகம் காரமளிப்பதே (Alkaline), உடலில் புளிப்புத் தன்மை மிகுதியாக இருந்தால் எலுமிச்சை அதனைக் குறைக்குமேயன்றி வளர வொட்டாது. இதனின் ரசத்திலுள்ள சிட்ரிக் ஆசிட் (Citric Acid) கிருமிகளைக் கொல்லக் கூடியது. ஆகையால் தொத்து நோய்களின் கிருமிகளை உடலில் வளரவொட்டாமல் தடுக்கும் சக்தி படைத்தது. விடமின் 'சி' அதிக அளவில் இருக்கிறது.

மிகச் சிறந்த ரசாயனப் பொருட்களெல்லாம் சேர்ந்து உருவானதற்குப் பெயர்தான் எலுமிச்சை என்று துணிந்து கூறலாம்.

எலுமிச்சம் பழத்தில் தூய்மைப்படுத்துகின்ற குணங்களும், இரத்தக் குழாய்களுக்குத் தேவையான சக்தியும் பெருவாரியாக இருக்கின்றன. ஆகையால்தான் இதனைவிட்டு மருத்துவத்தில் முதன்மையாக வைத்துப் போற்றுகிறார்கள். எல்லாவிதமான தோல் நோய்கட்கும் சிறந்த அருமருந்து எலுமிச்சம் பழம், சொறி, சிரங்கு, படை, பத்து, கரப்பான் முதலிய கிருமிகளைக் கொல்வதற்கு எலுமிச்சம் பழத்தை உடலில் தேய்த்துக்கொண்டு சூரிய ஒளிக் குளியலும் (Sun Bath) தண்ணீர்க் குளியலும் செய்தால் விரைவில் குணம் ஏற்படும்.

மூக்கில் இரத்தம் வடிதலை உடனடியாக நிறுத்தக்கூடிய திறம் இந்தப் பழம் ஒன்றுக்கு மட்டும்தான் உண்டு. இவை மட்டுமின்றி

நல்ல தன்மைகள் யாவற்றையும் உள்ளடக்கிக்கொண்டுள்ள கோயிலாக எலுமிச்சையை வர்ணித்தால் அது மிகையாகாது.

ஏறக்குறைய எல்லாத் தொற்று நோய்க் கிருமிகளையும் எலுமிச்சை ரசம் அருந்துவதன் மூலம் அகற்றிவிடலாம், இன்புளுயன்சா, கபவாதம், தடுமம் முதலான கிருமிகளை அகற்றும், தடுக்கும் அரு மருந்து எலுமிச்சை.

இரண்டாவது உலக மகாயுத்தத்தில் எலுமிச்சையின் உபயோகத் தன்மையை ஜெர்மனியர் அறிந்து கொண்டார்கள். எப்படியென்றால், காயம்பட்ட இடத்தில் ஒழுகும் இரத்தத்தை உடனடியாக நிறுத்தக் கூடிய அற்புதத் தன்மை இதில் இருக்கிறது. எல்லாப் பழங்களிலும் சில பல நல்ல தன்மைகள் இருக்கின்றன என்றாலும் எலுமிச்சையில் இத் தன்மைகள் மிக மிக அதிமாகவுள்ளன.' இரத்த ஒழுக்கைத் தடுத்து நிறுத்துவதால் 'ப்ளாசம்' என்னும் ரசாயனப் பொருள் வெளியே செல் வதில்லை யாகையால் நலம் விளைகிறது. இதன் மூலமாக அறுவைச் சிகிச்சைத் துறையில் எலுமிச்சை மிகவும் துணை நிற்பதாகப் புகழ்பெற்ற மேலைநாட்டு டாக்டர்கள் ஒப்புக்கொண்டுள்ளனர்.

எலுமிச்சையின் தனிச் சிறப்பு இதனுடைய ரசத்தின் உயர்ந்த குணங்களில்தான் தெரிகிறது. இதில் பொடாசியம், பாஸ்பரஸ், சிட்ரிக் ஆசிட் முதலிய மூலப் பொருட்கள் இருப்பதனால்தான் இது நம்முடைய உடல் நலம் சம்பந்தமாக சிறந்த தலைமை வகிக்கிறது. ஆனால் எந்தச் சிறு துளியும் உபயோகமில்லாது போய்விடுவதில்லை. நாகரிக விஞ் ஞான முறைப்படி கூட ஒப்புக் கொண்டுள்ளனர். எலுமிச்சையினுடைய தோல் எக்ஸ்ரேயினால் (கதிரியக்கம்) ஏற்படும் கெடுதலிலிருந்து விலக்கி இன்னும் பரிணாமக் குணங்களையுடைய விளைவுகளை ஏற்படுத்துகிறது. எலுமிச்சையின் தோலில் கூட மாவுப் பொருள், புரதம், கொழுப்புப் போன்ற மூலப் பொருள்கள் உள்ளன. ஆகையால்தான் தற்காலத்தில் அமெரிக்கா போன்ற நாடுகளில் இதனைச் சாப்பாட்டுப் பொருள்களில் ஒன்றாக வைத்துப் போற்றுகிறார்கள்.

இரண்டாவது உலக மகா யுத்தத்தில் தௌரான் என்னுமிடத்தில் விஞ்ஞானிகளால் கண்டுபிடிக்கப்பட்டது யாதெனில் எலுமிச்சை ரசம் காகிதம் மென்மையாக இருப்பதற்கு மிகவும் துணை புரிகிறது. காகிதத் தயாரிப்பில் இதனைக் காட்டிலும் மென்மைப்படுத்தும் பொருள் வேறு இல்லை என்பதாம். யுத்தக் களத்திற்குப் பொருட்களை கொண்டு செல்ல எளிதாக டப்பாக்கள் செய்ய வேண்டிய நிலையில் எலுமிச்சை மிகவும் பயன்பட்டது. இந்தப் பழத்தில் 'சி' விடமின் பெருமளவில் இருப்ப தனால் இதனுடைய மதிப்பு உயர்ந்தது. எனவே வெளிநாடுகளில் எலுமிச்சையை உபயோகிக்கும் நிலை அதிகமாகியது. 'மெக்ஸிகோ'வில் ஒவ்வொரு மனிதனும் நாள்தோறும் இரண்டு எலுமிச்சையை உபயோ கித்துக் கொண்டு வருகிறார்களாம். இவற்றினால் பல அனுகூலங்கள் ஏற்படுவதாக 'உணவுக் கலை' என்னும் நூலில் கூறப்பட்டுள்ளதாம். இதய நோய், எலுமிச்சை உபயோகிப்பதனால் போக்கப்பட்டிருப்பதாக ஆதாரங்கள் இருக்கின்றன. தற்காலத்தில் வெளிநாடுகளுக்கு எலு மிச்சம் பழத்தின் உட்சதை மற்றும் தோல் இவைகள் வெவ்வேறு வகையில் உபயோகத்திற்காக அதிகமாக ஏற்றுமதி செய்யப்படு

கின்றன. இதனுடைய தோலில் கூட உடல் நலமூட்டும் குணங்கள் இருப்பதாக ஆராய்ச்சியாளர்கள் கூறுகிருர்கள்.

எலுமிச்சை எல்லா காலங்களிலும் (மழை, பனி, கோடை) எல்லா நாடுகளிலும், எத்தகைய சூழ்நிலைகளுக்கும் இயல்புகளுக்கு ஏற்றவாறெல்லாம், இயங்கும் தன்மைகளைப் பெற்றுள்ளது. எந்த வகையான பொருட்களிலும் சரி, இந்தப் பழத்தின் ரசத்தைக் கலந்தாலும், அந்தப் பொருள்களின் தன்மைகளைக் கூட உயர்த்திக் காட்டும் தன்மையது. எவ்விதமான பச்சைக் காய்கறி (Raw Salads) களிலும் எலுமிச்சை ரசத்தைக் கலந்து உபயோகித்தோமானுல் பச்சைக் கூட்டுக் காய்கறிகளின் தன்மை உயர்கிறது. பயன் கூட அதிகமாகக் கிடைக்கிறது.

இயற்கை சிகிச்சையில் கூட இம்முறை பின்பற்றப்படுகிறது. எலுமிச்சையில் 'பொட்டாசியம்' அதிக அளவு இருக்கிறது. இது பேரீச்சம் பழத்திலுள்ளதைவிட இதில் அதிகமிருப்பதாக உணவுக்கலை விஞ்ஞானிகள் வர்ணித்துள்ளனர். தேநீர் (டீ), காபிகளுக்குப் பதிலாக மக்கள் எலுமிச்சம் பழ சர்பத் போட்டு அருந்தும் வழக்கத்தை ஏற்படுத்திக்கொள்வது நலம் பயப்பதாகும். இவற்ருல் கெட்ட பழக்கங்களையும் விட்டொழிக்கலாம்; நோய்களிலிருந்தும் விடுதலை பெறலாம்.

மிகவும் உயரமான இடங்களில், காற்று (ஆக்ஸிஜன்) குறைவாக இருக்குமாதலால் எலுமிச்சை ரசத்தை அருந்திஞல் காற்ருேட்டம் ஏற்படும். காற்றை உள்ளடக்கிக் கொண்டிருக்கும் வங்கி என எலுமிச்சம் பழத்தை வர்ணிக்கலாம். மலைப் பகுதிகளில் வாழ்வோருக்கு இது மிகவும் சிறந்த பொருள்.

இமய மலையின் உச்சியை (எவரெஸ்ட்) கண்டுபிடித்த டென்சிங், ஹிலரி ஆகியோர், தங்களுடைய மலையேற்றத்திற்கும், வெற்றிக்கும் எலுமிச்சை மிக்கத் துணை புரிந்ததாகக் கூறினுர்கள். அவர்களுக்கு அலுப்பு நேர்ந்த போதெல்லாம் இந்தப் பழரசத்தை உபயோகித்தார்களாம். எலுமிச்சை சர்பத் மலைகளிலுள்ள கிளப்களில் மிகவும் பிரசித்தி பெற்றுள்ளது.

எலுமிச்சை, மாந்தர்களுக்கு மட்டுமின்றி மன்னும் உயிர்களாம் மற்றப் பிராணிகளுக்குக் கூட நன்மைகள் விளைவிக்கின்றது. டார்வின், வபௌன், க்ரேன் முதலிய பேரறிஞர்கள் ஆராய்ச்சிப்படி குரங்குகள் ஏதேனும் நோய்வாய்ப்பட்டபோது இயற்கைக்கு அநுகூலமான தன்மைகளைப் பெற்றுள்ள எலுமிச்சையை மருந்தாகப் பயன்படுத்தி இருக்கின்றனவாம். நோய்கள் கூட குணம் கண்டிருக்கின்றன. டார்வின் தனது ஆராய்ச்சி நூலில் கீழ்க்காணுமாறு வர்ணிக்கிருர்.

'ஒரு நாள் சில குரங்குகளைக் கள் (மது) குடிக்க வைத்து மயக்கத்திற்குள்ளாக்கி மறுநாள் அம்மயக்கத்திற்குள்ளான குரங்குகளின் எதிரில் இரு எலுமிச்சம் பழங்களும், மற்ற எத்தனையோ வகையான பழங்களும் வைக்கப்பட்டன. ஆனுல், அக்குரங்குகள் மற்ற பழங்களை ஏறிட்டுக்கூட பார்க்கவில்லை; அவை எலுமிச்சம் பழங்களை மாத்திரம் எடுத்துக் கடித்துச் சாப்பிட்டன'.

இதிலிருந்து ஓர் உண்மை நமக்கு விளங்குகிறது. மனிதனிலிருந்து குரங்குகள் வரை எலுமிச்சையின் சிறப்புக்களை நன்ருக உணர்ந்து கொண்டுள்ளோம் என்பதாம்.

ஆராய்ச்சிப்படி எலுமிச்சையின் நன்மைகள் 2-4 நாட்களுக்குள்ளேயே நமக்குத் தெரிந்துவிடும். இதனை உபயோகிப்பவர்களுக்கு உடம்பில் ஒருவிதமான புத்துணர்வு ஏற்படும். இதனின் ரசம் ரத்தக் குழாய்களிலே உறைந்திருக்கும் கழிவுப் பொருள்களைக் கழித்து இரத்தத்தைத் தூய்மைப்படுத்துகிறது. உடல் அலுப்பு, அசதி நீங்கி நலம் கூடும்.

டாக்டர் அல்பர்ட், தன்னுடைய 'Fruits for Health' என்னும் புத்தகத்தில் எலுமிச்சையில் உடல் நலத்திற்குரிய அருமருந்து பொதிந்துள்ளதாகக் கூறுகிருர்.

எலுமிச்சையை உபயோகிப்பதால் கண்களில் உள்ள அழுக்குகள் அகலுகிறது. முக்கியமாகக் குழந்தைகளுக்கு நலம் பயக்கும். இருமல், தடுமம், சளி, ஆஸ்துமா, பட்சவாதம், க்ஷயம், புற்றுநோய் முதலிய நோய்களைக் குணப்படுத்தும் தன்மையது.

எலுமிச்சை ரசத்தைப் பிழிந்து தேன் கலந்து அருந்துவது உடல் நலத்திற்கு மிகவும் நல்லது. சென்னை, அடையாறு இயற்கை சிகிச்சை நிலையத்தில் நோயாளிகளுக்கு இந்த முறை கையாளப்படுகிறது. அத்துடன் தோல் வியாதிஸ்தர்களுக்கு உடலில் தேய்க்கவைத்து வெயிலில் இருக்க வைத்தல், எனிமாத் தண்ணீரில் இதன் ரசத்தைப் பிழிந்து கொடுத்தல் முதலியன செய்யப்படுகின்றன. இத்துடன் உணவுக் கட்டுப்பாடு, மற்ற 'இயற்கை சிகிச்சை' முறைகளையும, நீராவிக் குளியல்கள், மண் குளியல், ஈரத்துணி கட்டுகள், உண்ணு நோன்பு கையாளப்படுவதால் எல்லா நோய்களும் விரைவில் குணம் காண்கின்றன. ∴ ∴ ∴

கற்பூரம்

எரிசினம்—திருநாவுக்கரசு, B.Sc.,

கேற்பூரத்தை தெரியாதார் இல்லை. அதை உபயோகிக்காத உலக நாடுகளும் இல்லை எனலாம். குறிப்பாக இந்தியர்களுக்கு அது ஒரு புனிதமான பொருளாகும். பழங்காலம் முதல் தற்காலம் வரை தெய்வ தீபாரதனை கற்பூரம் மூலந்தான் நடந்து வந்திருக்கின்றது. பூஜையை விமரிசையாக நடத்த முடியாத பரம ஏழை பக்தர்கள் கூட கற்பூரத்தை மட்டும் வாங்கிக் கொளுத்தி தெய்வ அருளைப் பெற்றுச் செல்வதை நாம் இன்றும் கண்கூடாகக் காண்கிறோம். தற்போது வியாபார நோக்கத்திற்காக சில மாவுப் பொருட்களை கலப்படம் செய்து மட்டரகமாக கற்பூரத்தை தயாரித்து வில்லை வடிவத்தில் விநியோகிக்கிறார்கள். என்ன செய்வது ஆண்டவனுக்கு அர்ப்பணிக்கும் பொருள்களிலேயே கலப்படம் செய்யும் கலை இங்குதான் வளர்ந்துவருகிறது. அத்தகைய கற்பூரத்தைக் கொளுத்தும்போது அதிலிருந்து வெளிவரும் கரிப் புகை உடலின் உள்ளுறுப்புகளுக்கு சுவாசத்தின்மூலம் உட்புகுந்து தீங்கு விளைவிக்கிறது. எனவேதான் சில கோவில்களை அடுத்து உள்ள கடைகளில் தரமான கற்பூரத்தை விற்கச் சொல்லி உத்திரவிட்டுள்ளனர்.

சமவெளியை விட மலைப் பகுதிகளில் கற்பூர மரம் செழித்து வளரக் கூடியது. அதன் பொதுப் பயன், மருத்துவப் பயன், காட்டு வளம் முதலியவைகளைக் கருத்தில் கொண்டு வன இலாகாவினர் தற்போது கற்பூர மர வளர்ப்பைத் தீவிரப்படுத்தி உள்ளனர். இவ்வாறு மிகுந்த கவனத்துடன் வளர்க்கப்பட்ட முற்றிய கற்பூர இலைகளைப்பறித்து நீராவியுடன் கலந்து காய்ச்சி வடித்து கற்பூரம் தயாரிக்கப்படுகிறது. வேதியியல் முறைப்படி கற்பூரம் 10 பங்கு, கரி 16 பங்கு, ஹைட்ரஜன் 1 பங்கு, ஆக்ஸிஜன் சேர்த்த ஒரு கூட்டுப் பொருள். வேதியியல் விஞ்ஞானிகள் கற்பூரத்தை காம்ஃபேன் என்னும் கரிமக் கலவையிலிருந்து பெறப்படுதாகக் கூறி உள்ளனர். கற்பூரம் வெண்மை நிறமான கட்டியானாலும் வேதியியலார் கற்பூரம் நிறமற்ற, படிகப் பொருள் என்றே குறிப்பிட்டுள்ளனர். மேலும் தனக்கென்று தனி மணத்தைப் பெற்றுள்ளது கற்பூரம். இத்தகைய தனித் தன்மையான வாசனைகள் நோய் கிருமிகளைக் கொல்லுவதுடன், நோயையும் நிவர்த்தி செய்கிறது என்ற உண்மையை தற்போது ரஷ்ய மூலிகை ஆராய்ச்சிக் கழகம் கண்டுபிடித்துள்ளது. மற்ற தாவர இனத்தில் வியாதிகள் எளிதில் பற்றிக் கொள்கிறது. ஆனால் கற்பூர மரத்தினை அத்தகைய வியாதிகள் தாக்குவதில்லை. காரணம் அதிலுள்ள வாசனைதான். மேலும் கற்பூர மரத்திற்கு அருகிலுள்ள தாவரங்களுக்கும் வியாதிகள் அவ்வளவாக வருவதில்லை. என்பதை மேற்கூறிய ரஷ்யர்களின் கருத்து ஊர்ஜிதப்படுத்துகிறதல்லவா ? அதோடு தற்காலத்தில் பூச்சிகளை விரட்டவும், வாசனைப் பொருட்களைக் கெடாமல் வைத்திருக்கவும் நிழற்படங்கள் தயாரிக்கவும், குறிப்பாக மருந்தாகவும், கற்பூரம் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இத்தகைய கற்பூரத்தின் நற்குணத்தை நமது சித்த வைத்திய மேதைகள் பல்லா

யிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்னமே உணர்ந்து தங்களது மருத்துவத்தில் கற்பூரத்தை சஞ்சீவியாகப் பயன்படுத்தியதை பல சான்றுகள் மூலம் உணர்கிறோம். அவர்கள் கூற்றுப்படி கற்பூரத்துடன் கஸ்தூரி, அபின் போன்றவைகள் சேரும்போது அதற்குத் தனிப்பட்ட மகத்துவம் ஏற்படு கின்றது என்பதை அறிகின்றோம். அத்தகைய மருத்துவ முறைகளை சற்று ஆராய்ந்து பயன் பெற நாம் முயற்சிக்க வேண்டாமா?

கற்பூரம் உஷ்ண வீரியம் உடையது. அதன் சாரம் உடலில் வியாதியை போக்கும் வரைமட்டுமே தங்கச் செய்ய வேண்டும். எனவே கற்பூரத்தை பயன்படுத்திச் செய்யும் மருந்துகளின் பிரயோகத்தில் மிகுந்த கவனம் தேவை. எனவேதான் அந்நிய நாட்டு மருத்துவத்தில் கற்பூரத்தை சந்து வாதம், நரம்புச் சுளுக்கு, குளிர் சுரம் போன்றவைகளுக்கு மேற்பூச்சுப் பிரயோகத்திற்கு மட்டுமே பயன்படுத்தி வருகின்றனர் மேலும் சளி, தலைவலி போன்றவைகளுக்கு கற்பூரம் கலந்த வலி நிவாரணிகளைப் பூசி குணம் காண்கின்றனர். ஆனால் சித்த மருத்துவத்தில் பலவித வியாதிகளுக்கு உள் மருந்தாக உபயோகப்படுத்துவது மட்டுமின்றி மேல் பூச்சு மருந்தாகவும் பயன்படுத்தி வெற்றி கண்டனர். அத்தகைய முறைகளில் சில கீழே தரப்படுகின்றன. அதில் கூறப்பட்ட அளவுகள் பெரியவர்களுக்கானது. குழந்தைகளுக்கு வயதுக் கேற்றபடி அளவுகளைக் குறைத்துக் கொள்ளலாம். மருத்துவத்திற்கு தரமான கற்பூரத்தைப் பயன்படுத்த வேண்டும்.

1. புலம்பல், உணர்ச்சியற்றநிலை, நித்திரையில்லாமை இவைகளுடன் கூடிய எல்லா சுரங்களுக்கும், வைசூரி போன்றவைகளுக்கு 3 கிரெய்ன் கற்பூரத்தை அதற்கு சமனெடை கஸ்தூரி அல்லது பெருங்காயம் சேர்த்து மூன்று மணி நேரத்திற் கொரு முறை கொடுக்க வேண்டும். குணம் காணும். ஆனால் மேற்சொன்ன வியாதிகளுடன் நாக்கு சிவப்பாயும், வயிற்றின் மேல் தொடும்போது அதிக வலியாகவும், வயிற்றுக் கழிச்சலாயும் இவ்விதக் குறிகள் உண்டாகி யிருக்குமாகில் மேற்சொன்ன மருந்தை உபயோகப்படுத்துக் கூடாது.

2. பிஞ்சிலே பழுத்த சிலருக்கு இந்திரியம் தானாகவே வெளிப்படும். அவர்களுக்கு 4 கிரெய்ன் கற்பூரமும் $\frac{1}{2}$ கிரெய்ன் அபினும் சேர்த்துத் தினந்தோறும் தினமும் படுக்கப்போகும் போது கொடுக்க முன் சொன்ன குறைகள் நீங்கும்.

3 மேக வெள்ளை வியாதியால் அவதிப்படும் இருபாலருக்கும் ஜனனேந்திரியங்கள் மிகவும் பலவீனமாக இருக்கும். அவர்களுக்கு பால் உணர்வுகள் அறவே அற்று மரக் கட்டை போல் வாழ்வில் வெறுப்போடு வாழ்வார்கள். அத்தகையோர்களுக்கு 4 கிரெய்ன் கற்பூரத்துடன் 1 கிரெய்ன் அபினைக் கலந்து கொடுக்க புது தெம்பு பெறுவார்கள். இவ்வாறு ஒரு நாளைக்கு மூன்று முறை வீதம் மூன்று நாட்களுக்குக் கொடுக்கவும். ஆனால் மேற்சொன்ன வியாதிஸ்தர்களின் குடலை நல்ல முறையில் பேதிக்குக் கொடுத்து சுத்தப்படுத்த வேண்டும்.

4. கருக்குழி சம்பந்தமான வியாதிகளுக்கு 7 கிரெய்ன் கற்பூரத்தை உள்ளுக்குக் கொடுத்து, கற்பூர தைலத்தை இடுப்பில் அழுத்தித் தேய்க்க வேண்டும்.

5. பிரசவ சமயத்தில் உண்டாகும் சன்னி இழுப்புக்கு 5 கிரெய்ன் கற்பூரத்துடன் 8 கிரெய்ன் கஸ்தூரியையாவது 9 கிரெய்ன் பெருங்காயத்தையாவது தேனில் அரைத்து ஒரு மாத்திரையாக உருட்டிக் கொடுத்து ஒரு மணி நேரம் சென்ற பின்னும் சன்னி இருக்குமாகில் மேற்கூறிய முறைப்படி பின்னும் ஒரு மாத்திரை கொடுக்க உடல் சூடு ஏற்பட்டு வியாதி நிவர்த்தியாகும்.

6. மூச்சுவிட முடியாமல் திணரடிக்கும் சுவாசத்திற்கு 4 கிரெய்ன் கற்பூரத்தை 3 கிரெய்ன் காயத்திலாவது 2 கிரெய்ன் கஸ்தூரியிலாவது சேர்த்து இதை மூன்று மணி நேரத்திற் கொருமுறை கொடுக்க வேண்டும். குணம் காணும். இந்தப்படி ஐந்து முறை கொடுத்தும் குணம் கிடைக்கவில்லை யானல் மருந்தை பிரயோகிக்கக் கூடாது. அதோடு வெந்நீரில் மார்பில் ஒத்தடம் கொடுக்கவும்.

7. குழந்தைகளுக்கு சுவாச முட்டுடன் ஏற்படும் இருமலுக்கு கற்பூரம் ½ அவுன்ஸ், தேங்காய் எண்ணெய் 8 அவுன்ஸ் கலந்து நன்ருக அரைத்து லேசாக சுடவைத்து நெஞ்சிலும், தொண்டையிலும் இரவில் படுக்கும் சமயத்தில் தேய்த்து விட்டால் வியாதி குணமாகித் தூங்க ஆரம்பிக்கும்.

8. கற்பூரம் ½ அவுன்ஸ் 3 அவுன்ஸ் தேங்காய் எண்ணெயில் அரைத்து கலந்து தடவினல் வாதம், மூட்டு வீக்கம், கழுத்தில் ஏற்படும் நரம்புக் கோளாறுகள், சுளுக்கு, முக்கியமாய் சூதக சமயத்திலும் அதாவது மாதவிடாய் காலங்களிலும், பிரசவ காலங்களிலும் ஏற்படுகின்ற இடுப்பு வலி முதலியவைகளெல்லாம் தீரும். மேற்சொன்ன வியாதிகளுக்கு காலையும் மாலையும் சுமார் 10 முதல் 15 நிமிட நேரம் வரை தைலத்தை தேய்க்க வேண்டும். நெடுநாளாக இருக்கிற வாதத்திற்கு தைலப் பிரயோகத்துடன் 5 கிரெய்ன் கற்பூரத்துடன் 1 கிரெய்ன் அபினும் கூட்டி இரவில் படுக்கப்போகும் சமயத்தில் கொடுக்கவும். இப்படி வியாதி குணம் காணும் வரை கொள்ளலாம். இவ்வாறு கொடுப்பதால் வியர்வை மிகுதியாக வெளியேறும் அதற்காக பதட்டப்படாமல் சுக்குக் கசாயம் கொடுத்தல் வேண்டும்.

9. கொடிய வியாதிகளால் நீண்ட நாள் படுக்கையாகும்போது எந்த பகுதியில் படுத்து இருக்கின்ருேமோ அந்தப் பகுதியில் காற்று புகாமல் உஷ்ணம் ஏற்பட்டு இரணமாகிவிடும். அத்தகைய படுக்கைப் புண்களுக்கு கற்பூரத் தைலத்தை லேசாக தடவி வந்தால் இதமாகவும் புண்களும் ஆறிவரும்.

10. பல் வலிக்கு 1 கிரெய்ன் கற்பூரமும் 1 கிரெய்ன் அபினும் கலந்து இடித்து பல்லில் வலி உள்ள இடத்தில் வைத்தால் உமிழ்நீர் சுரப்புடன் பல்வலி நீங்கும். அவ்வுமிழ்நீரை கீழே துப்பிவிட வேண்டும்.

❖ ❖ ❖

'முப்பு' பற்றிய தொடர் கட்டுரை : 4

சுத்த கெங்கை, பனிக்குடநீர் தீக்ஷைநீர் விவரம்

—மெய்யப்ப சுவாமி

குடநீர், சுத்த கெங்கை, சுத்த ஜலம். தீக்ஷைநீர், பிரணவநீர், குருஜெயநீர், பனிநீர், அறுவகைநீர், காடிநீர், பழச்சாறு, ஏனுச்சாறு எனப் பலப்பல பரிபாஷை பெயர்களை கொண்டவையாகும். குடநீரின் பிரிவு பொதுப்படையாக ஐந்து. ஆயினும் இவைகளின் முடிவு இரண்டேதான். குடநீர் என்பதே முப்பூவின் இறுதியான முடிவு. குடநீர் என்பது எது என்ற விவரம் உணர்ந்து, செயல்பட்டால் முப்பூ எனும் மெய்ஞ்ஞான வஸ்த்து சில நாழிகைக்குள்ளாகவே கிடைத்துவிடும், முடித்தும் விடலாம் என்பது உறுதி ஆயினும் அவைகளின் இருப்பிடம் நிலைகள் கலைகள் இனங்களின் பேதம் இவைகளை நன்கு உணர்ந்தாலன்றி நிச்சயத்து செயல்பட இயலாது. குடநீரில் பஞ்சபூத குடநீர், மதிகுடநீர், ரவிமதிகுடநீர் (குருஜெயநீர்) விந்துகுடநீர், நாதகுடநீர் என 5 குடநீர்கள் உண்டு. ஆனல் இந்த 5ம் ஒரே இடத்தில் ஒரு விளைவாக இருக்கவில்லை. அதன் அதன் அமைப்பும், நிலைகளும், ஸ்தானங்களும் பெயர்களும் வேறுபட்டிருக்கின்றன. உண்மையான விந்துநாதக் குடநீர் கிடைத்துவிட்டால் முப்பூ 'முத்தீ' என்ற மூன்று உப்பான வாயு உப்பு (தீ), தேய்வு உப்பு (தீ), அப்பு உப்பு (தீ) என்ற இந்த மூவுப்பான முப்பு என்ற வஸ்த்து கிடைத்துவிடும். சித்தர்களான ஞானிகள் பாடியுள்ள பல கோடான கோடி பாடல்களும் இந்த குடநீரே முடிவு என கூறுகிறார்கள். ஸ்ரீலஸ்ரீ கோரக்க சித்தர் தன்னைச் சேர்த்து 18 சித்தர்களிடமும் 'முப்பூ' எனும் குடநீரின் இறுதியான முடிவு நிலை எழுதி வாங்கியுள்ளார். ஆனல் அந்தந்த சித்தர்களின் குடநீர் முடிவு நிலை நாதவிந்து, விந்துநாத குடநீரிலிருந்து பஞ்சபூத குடநீர் வரை பொருள் வெளிப்படையாக ஒன்றே என எண்ணத் தோன்றும். ஆனல் கூர்ந்து அப்பாடலை கவனித்தால் மிகவும் பயங்கரமான அதிர்ச்சி ஆச்சர்ய மிகுந்த உண்மை புலப்படும். நான் இந்த அத்தியாயத்தில் கூறும் குடநீர், பஞ்சபூத குடநீர்தான். இதில் வரும் பாடல்கள், ச'ன்று 5 குடநீருக்கும் பொருந்தும். கோரக்கர் தன்வந்திரி இடம் 'முப்பூ' அல்லது குடநீர் முடிவுநிலை எழுதி வாங்கியுள்ளார் அப்பாடல் கோரக்கர் திருவாய் மலர்ந்தருளிய நமநாஸ திறவு கோல் 100ல் 18 சித்தர்களின் முடிவுநிலை எனும் பகுதியில் எட்டாவதாக தன்வந்திரி முடிவுநிலை என தன்வந்திரி சுருக்கமாக கூறுகிறார்.

'தன்னினத்தால் தன்னினத்தை தன்னினமே
தான்காத்தல் வேண்டும் வேண்டும்
பின்னமிலா புன்மலத்தில் பொதிந்தூறும்
பூநீராம் பூச்சோரை பேணிப்பேணி
கன்னிகுழல் கால்வழியேக் கருத்தழிந்து
காம மைந்துபத்து திங்கள்
மன்னிவரும்மதனைகுட நீரானமகாசித்து ஞானமோங்கும்
கண்ண மார்கனி காலுமேலும்

கலைகாட்டி னுர் நிலை நாட்டினுர்
புண் ணுலககதிபூசு பூங்கவபூவழல் புரைபூவழலை
விண் ணுமண் ணுய விந்துவால்கடிதல மதேநிலவமதே
நண் ணு நங்கையின் குடஜல
நவநாதமே சொர்ண வாதமே'

என்கிருர்.

இவ்விதமே மற்ற 17 சித்தர்களும் முடிவு நிலை சுருக்கமாகவே கூறுகிருர்கள். ஆனதால் குடநீர் என்பது ஒரு தாய் குழந்தை பிரசவ மாகும் முன்பு வெளிவரும் குடநீர் உன்மையான குடநீர் அல்லவே அல்ல. நிற்க....அகஸ்தியர் பரிபாஷை திரட்டு 500ல் 1வது காண்டம் 46வது பாடலில்,

'காணவே சுத்தகெங்கை தீக்ஷைமார்க்கம்
கபடமதாய்ப் பாடிவைத்தார் சித்தரெல்லாம்
பூணவே செந்நீரும் பனிநீராலே
பொய்யாது வழலைவிந்து பொன்னுமாகும்
தாணுவன் ரேசடை மீதிற் றறித்தாரந்தச்
சந்திரனைக் கையாலேத் தடுப்பாருண்டோ
தோணவே விந்துக்கு தீக்ஷைநீரிற்
சொல்பாடை தனைப்பிறித்துக் கூறுவேனே'

விந்துநாதம் தீக்ஷை செய்ய பூநீர் எனும் சந்திரகலை 10 ஆகிய வாயுகூற் வகாரமும், சிகாரமான ரவிகலை 6 சேர்ந்த கலைகள் 16-ராகிய பிரணவநீர் எனும் சுத்த கெங்கை பஞ்சபூத நீராகிய சுத்த கெங்கைதான் முதன் முதலில் தேவையானதால் பூநீர் எனும் சந்திர கலையிலுள்ள எண்ணெயைப் பிரித்தெடுப்பது போல் பஞ்சபூத நீரில் உள்ள எண்ணெய், கோழை, சவ்வு, அகற்ற வேண்டும். நிற்க முதலில் பனிக் குடநீர் எனும் 'நகார பிர்மா' தீக்ஷை (இது பஞ்சபூதம்) விந்து நாதம் பூநீர் இவைகளின் ஜீவ அணுக்கள் கெடாமல் (அழியாது) இருக்க அந்த இனமே தேவை மேற்படி அணுக்களைப் பாதுகாக்க தேவையான நீரே சுத்த கெங்கை, பனிக்குடநீர், இந்த பாதுகாப்பும் சுத்தியும் சேர்க் கையுமே தீக்ஷை எனப் பெயர். இந்த நீரின் ரகசியத்தை சித்தர்களான ஞானிகள் மறைத்து கபடமாகவும் எளிதில் புரிந்துகொள்ளா வண்ணம் பரிபாஷையாகப் பாடிவிட்டார்கள். முதலில் பூநீர் தீக்ஷைக்கு செந்நீர், பனிநீர், எனும் இருவகை குடநீர் தேவைப்படும். செந்நீரில் உள்ள ஜீவகலையைப் பாதுகாக்க பனிநீர் தேவை ஆனதால் முதலில் பனிநீர், 'நகாரம் பிர்மா, செந்நீர் மகாரம் விஷ்ணு இவை இரண்டும் கலந்தால் சுத்த கெங்கை இதில் சந்திரனுகிய மூன்றும் பிறைச் சந்திரன் ஒளி (அழுக்ககற்றி) கிடைத்தால்தான் அகாரம் சிவன் எனும் விந்துவின் சிரசில் பூவாக தரிக்க இயலும் இந்த சந்திரனுகிய பூவை அகாரம், விந்து, அக்னி எனக் கூறப்படும் சிவன் சிரசின் மயிரில்தான் இந்த இளம்பிறைச் சந்திரன் நிற்க நிலைக்க முடியும். இந்த இளம்பிறைச் சந்திரனை கையினுல் தடுக்கவோ சுமக்கவோ, தரிக்கவோ, இயலாது. ஆனதால் இளம்பிறைச் சந்திரனுகிய பூநீர் எனும் பூவாகிய சந்திரனை சிவன் மயிரில்தான் அமர முடிந்தது அமரவும் முடியும். (இங்கு பூநீர் என்பதில் 'பூ' என்பதை மட்டும்தான் விவரித்து கூறி உள்ளேன் நீர் வேறு) ஆனதால் நீரை விவரமாக கூறுகிறேன் என்கிருர். இதற்கு

அகஸ்த்தியர் பரிபாஷை திரட்டு 509ல் 1வது காண்டம் 52வது பாடலில்' சுத்த கெங்கை என்ற தலைப்பில்,

'நூலிலேச் சுத்தகெங்கை நீரைக்கேளாய்
ரோமரிஷி ஐந்நூறில் நுணுக்கங்காணும்
பாலெனவேச் சுத்தகெங்கை தன்னைப்பெற்ற
பாவைக்கு முகம்நான்கு கால்தானேழு
மேலெல்லாம் பஞ்சவர்ணங் கைதானெட்டு
விரல்பதினறு செவ்வாய் கலைதானென்று
சூலெனவே பத்துநாள் சென்றபின்பு
சுத்தகெங்கை யென்றொருபெண் பெற்றிட்டாளே'

சுத்தகெங்கை என்ற தீக்ஷை நீரின் விவரம் ரோம ரிஷி 500 என்ற நூலில் விளக்கமாக கூறப்பட்டுள்ளது. பால் என்ற சுத்தகெங்கை தன்னை ஈன்ற பெண்ணிற்கு முகம் நான்கு, தோற்றம் 4 அல்லது பத்மினி சித்தினி, சங்கினி, அத்தினி ஆக 4 வகுப்பும் நான்கு முகங்கள் கால் 7, பிறப்பு 7 அல்லது வாசல் 7 இதற்கு அகஸ்தியர் பரிபாஷை திரட்டு 500ல் 1வது காண்டம் 12வது பாடலில் 3 வரியில்,

'மண்ணிலெழுப் பிறப்பாகும் பிர்மகற்பம்
வாலைவிட்டு கீழிறங்கும் கற்சுண்ணும்பு'

என்கிறார்.

வாலை என்ற கன்னிப்பருவம் கடந்து கீழ் இறங்கும் விந்து பிர்ம கற்பம். மண் என்ற சரீர பூமியில் அதன் பிறப்பு 7. 13வது பாடலில்,

'விள்ளுமே யாதியிலே யொளியுமாச்சு
வெந்தழலா மருபிறப்பு நீலமாச்சு
கள்ளமதாயிறப்பு பிறப்பு சிவப்புமாச்சு
காங்கை கொண்டுமருபிறப்பு வெள்ளையாச்சு
துள்ளியது பின்பிறப்பு மஞ்சளாச்சு
தோகை மயினிறமாச்சு மருபிறப்பில்
உள்ளபடி கடைசியெழு பிறப்பிற்றானும்
உயர்கோழி முட்டைநிறம் படிகமாச்சே'

என்கிறார்.

ஆதியில் 1 பிர்மமென்ற ஒளியாகவும் (இது வட்டம் பத்து) 2வது நீலம் என்ற ஆலகால விஷமாகவும் (உகாரம் நாதம் சித்தி இரண்டு ராகு) 3வது இறப்பு என்ற அழிந்த விஷம் நாதம் முறிக்கப்பட்டவுடன் விந்துவான (சிவம் அகாரம் எட்டு கேது) பிறந்தது. நாதம் இறந்து சிகப்பாக வெளிப்பட்டது. நாதமாகிய சத்தி சிகப்பு என்ற உதிரம் (தூய்மையாக்க) வெளிப்பட்டவுடன் விந்துவாகிய அகாரம் எட்டு என்ற சிவம் வெள்ளையாகியது. 4 இந்த சிவத்திலிருந்து பிறந்த நாதமாகிய சத்தியே மகாரம் முக்கோணம் சத்திவேல், அப்பு முப்பொருள் என்ற மஞ்சள் நிறமாகியது. 5 இந்த நாதசத்திலிருந்து பிரிந்துவந்த விந்துவே ரவி என்ற சூரியன் சிகாரம் என்ற சிவ விந்துவாகவும், அறுகோணமாகவும், சூரியன் கலை 16 ஆகவும் (சந்திரனுக்கு 4 கலை கொடுப்பதற்கு முன்) மயிலின் தோகை நிறம் போன்ற நிறமாகவும் ஆகியது, இத்துடன் 6 பிறப்பு. இந்த சிவ விந்துவிலிருந்து பிரிந்து குண்டலி சத்தியுள் பூநீர், சந்திரன், சாரம் இந்துப்பு, சிறுநீர், மதிநீர், தலைமைந்தன், இளம்பிறை, சிவன் சிரஸில் சூடிய பூவும், நீரும், என்ற கோழிமுட்டை

வெண்மை நிறத்தை யொத்த 7ம் பிறப்பான விந்து எனும் கற்சுண்ண நீரே பிர்மகல்ப பூநீர். ஆனதால் பிறம்பு 7 அல்லது 7. 'மேலெல்லாம் பஞ்ச வர்ணம்! நம் சரீரம் பஞ்சபூதங்களின் வர்ணமே பஞ்சவர்ணம். இதற்கு சான்று அகப்பேய் சித்தர் பாடலில்,

'ந ...பிருதிவி பொன்னிறமே... அகப்பேய்
பேதமையல்லவடி
ம ...உருவது நீரடியோ... அகப்பேய்
உள்ளது மெள்ளையடி
சி....தேயு மெம்மையடி ... அகப்பேய்
திடனது கண்டாயே
வ...வாயு நீலமடி... அகப்பேய்
வான்பொருள் சொல்வேனே
ய....வான மஞ்சடியோ... அகப்பேய்
வந்தது நீ கேளாய்'

என்கிருர்.

'கை எட்டு' தமிழ் கணித அட்சரத்தின்படி அகாரம் எட்டு என்ற லெக்கத்தைக் குறிக்கும். ஆனதால் அகாரம் எட்டு என்ற சிவவிந்து கலையில் பிறந்து பிரிந்து வந்த பஞ்சபூத கலைகளானதாலும் கை எட்டு. 'விரல் பதினுறு' பூரண சந்திரன் கலை 16ம் விரல் பதினுராகும். இந்த 16 கலையில் பிறந்து பிரிந்து வந்ததே பஞ்சபூதம். ஆனதால் சந்திரன் கலை 16 ஆகும்போது சந்திரன் ஆணுகிரான். செவ்வாய் எனும் மேஷத்தில் சந்திரன் ஆண் ஆனதால் செவ்வாய் கலைகள் 7ல் ஓர் கலை பிரிந்து பஞ்சபூத கூரானதால் செவ்வாய் கலைகள் ஒன்ருகியது. சந்திரன் ஆண் என்பதற்கு சான்று, அகஸ்தியர் பரிபாஷை திரட்டு 500ல் 53வது பாடலில்,

'பெற்றிட்ட பிள்ளை பிதா சந்திரனுச்சு'
பிறந்தவுடன் மருநாள்தான் இறந்து போச்சு'

என்கிருர்.

ஆனதால் சந்திரகலை 10ல் ரவிகலை 6 கூடிய பின் பஞ்சபூதம் என்ற பிண்டம் உற்பத்தி இந்த பஞ்சபூத பிண்டம் 10 மாதம் சென்று பிறந்தவுடன் ரவி மதி பிண்டமே ஸ்தனமாகிய குடத்தில் தங்கியது. இந்த ரவி மதி பிண்டம் சிசு பிறந்த சில மணி நேரங்களில் இறந்து பஞ்சபூத நீராகிறது. எப்படியெனில் ஒரு தாய் குழந்தை பிரசவித்தவுடன் கொங்கையினுள் இருக்கும் வஸ்த்துவை வெளியேற்றிப் பார்க்க அதன் நிறம் இளம் மஞ்சளாகவும் பிசுபிசுப்புடனும் இருக்கும் இதுவே ரவி மதி ஈன்ற பிண்ட நீர் (சுயரவி மதி நீரல்ல) இவ்வஸ்த்து மறுநாள் அல்லது சில மணி நேரங்களில் இதன் கலைகள் அழிந்து வெள்ளை வஸ்த்துவான பாலாகின்றது. ஆனதால் பிறந்தவுடன் இறந்ததாக கூறுகிருர். ஆனதால் 10 நாள் சூல் என்பது விந்துநாதம் பின் ரவி மதியாகி பின் சுக்கில சுரோணித பிண்டமாகி 10 மாதம் சென்று சுத்த கெங்கை எனும் முலைப்பால் என்ற பெண்ணுகப் பிறந்தது என்கிருர். 'முலைப்பால்' என்பது குடநீரின் பொதுப்படையான பெயர். செந்நீர் எனும் குடநீர் எது என்பது காண்போம் இதற்கு அகஸ்தியர் ஏமதத்துவ பஞ்ச காவிய நிகண்டு 800ல் 1வது காண்டம் 62வது பாடலில்.

(தொடரும்)

மூலிகைகளுடன் என் அனுபவங்கள்

'சேவைக்கோர் அரசி' திருமதி. ரெஜிஞ வின்செண்ட்

[25-6-78 அன்று 'சித்த மருத்துவ ஆய்வுக் கழகத்தின்' சார்பில் சிறப்பாக நடந்தேறிய 7-வது கருத்தரங்கில் திருமதி ரெஜிஞ வின்செண்ட் அவர்கள் படித்த கட்டுரை.]

உலகம் தோன்றிய நாள்தொட்டு இன்றுவரை மூலிகை இனங்கள் கதிரவனிடம் இருந்து, தான் கிரகிக்கும் சக்திகளைச் சேமித்துத் தன்னைத் தேடி வருபவருக்கு ஒரே நிலையாய் ஜாதி மத பேதமின்றி வரப்பிரசாதங்களைப்போல் உதவுகின்றன. அதனுல்தான் ஒவ்வொரு நாட்டவரும் தாங்கள் வணங்கும் கடவுளுக்கு மூலிகையையும், மலர்களையும் ஒப்பிட்டு அழைக்கிருர்கள். தமிழ்நாட்டில் வல்லாரையை 'சரஸ்வதி' என்றும், 'புகையிலை'யை 'பிரம்ம பத்திரம்' என்றும், 'முருங்கை'யை 'பிரம்ம விருட்சம்' என்றும் தெய்வ நிலைக்கு உயர்த்திப் பாராட்டு கின்றனர்.

Plant Emblems of the Saints என்ற ஒரு புத்தகத்தில் 37 முறை மூலிகையைப் பற்றிய குறிப்புகள் பையிளில் குறிப்பிட்டுள்ளன. ஆகவே, நிலையாய் நின்று அனைத்துக் காலங்களிலும் வாழும் எல்லா நாடுகளையும் சேர்ந்த எல்லா மக்களுக்கும் அன்று போல் இன்றும் என்றும் நம்மைக் காக்கும் இறைவனைப் போன்ற மூலிகையின்மீது நான் பற்றுக்கொண் டிருப்பதில் வியப்பில்லை. அந்தப் பற்றுக்கு உரமளித்து வளர்த்தது மூலிகைமணி ஆகும்.

மூலிகைகளுடன் எனக்கு ஏற்பட்ட தொடர்பு

என் தந்தையார் ஓர் ஆங்கில மருத்துவர். எனக்கு நேர்முகமாக மருத்துவத்தைக் கற்பிக்கவோ அல்லது எம்.பி.பி.எஸ். படிக்கவோ வாய்ப்பின்றிப் போனதற்குக் காரணம் அவரை நான் நான்கு வயதிலேயே இழந்து விட்டதுதான். என்ருலும், என் தந்தையின் மருத்துவ ஆர்வமுள்ள இரத்தம் என்னில் ஓடிக்கொண்டிருப்பதால் யாருடைய தூண்டுதலுமின்றி மருத்துவத்தின்மேல் எனக்கு ஒரு தனியார்வம் ஏற்பட்டது. பதினுறு வயதிலேயே திருமணமாகிக் குடும்ப வாழ்க்கையில் ஈடுபட்டுவிட்டதால் முழு நேரத்தை மருத்துவத்திற்குச் செலவிடாமல் போனுலும், நேரம் கிடைக்கும்போதெல்லாம் மருத்துவ நூல்களைப் படிப்பேன். அதற்கு உறுதுணையாக எனக்கு என் உறவினர் ஒருவர் ஓமியோபதி மருத்துவத்தை அறிமுகப்படுத்திப் போதித்து அதில் 'டிப்ளமா'வும் பெற்று உள்ளேன். அதன் காரணமாக, என் குடும்பத்

தார்க்கும், என் வீட்டில் உள்ள வேலையாட்கள், வீட்டில் வளரும் கோழிகள், நாய்கள், முயல்கள், ஆடுகள் ஆகியவற்றிக்கும் ஓமியோபதி மருந்துகளையே பயன்படுத்தி வந்தேன். என் மாமனுரும் ஓர் ஆங்கில மருத்துவர் ஆனதால் ஆங்கில மருந்துதான் உயர்ந்தது; ஓமியோபதி மருந்து தாழ்ந்தது என்ற உயர்வு தாழ்வு எண்ணத்தை அகற்றுவதில் ஈடுபட்டேன். முதன் முதலாக என்னுடைய மகனுக்குப் பத்து வயதில் வந்த சிறுநீரக நோய் கோளாறுக்கும், 'டான்ஸில்ஸ்' நோய்க்கும் அறுவை சிகிச்சையின்றி 'பயோ கெமிக்கல்' மருந்துகளைக்கொண்டு குணப்படுத்தினேன். இப்படியாக என்னுடைய மருத்துவ அறிவு வளர்ந்து வரும்போது...

ஒருநாள் என் மகளின் இசை ஆசிரியர் மூலிகைமணியின் 144–வது இதழான 'கரும்பு' என்னும் அட்டைப்படப் புத்தகத்தோடு வீட்டிற்கு வந்தார். அவரிடமிருந்து அந்தப் புத்தகத்தை வாங்கிப் படித்தேன். அந்த இதழ் என்னை மிகவும் கவர்ந்தது. முகவரியை எழுதிக்கொண்டு புத்தகத்தை வருவித்தேன். பக்கம் பக்கமாகப் படித்தேன். படிக்கப் படிக்க மூலிகைகள்மீது மோகம் பிறந்தது, ஆர்வம் வளர்ந்தது. அவற்றைப் பயன்படுத்த வேண்டும் என்ற வேகம் பிறந்தது. மூலிகைகள் மீது வளர்ந்த பற்று என்னை மூலிகைமணியின் ஆயுள் சந்தாதாரராகவே ஆக்கிவிட்டது. 'கரும்பிலே தொடங்கிய இனிப்பான ஆரம்பம் எனக்கு பல இனிமையான அனுபவங்களை அளிகக ஆரம்பித்நது. ஐந்தாண்டுக் காலத்தில் நான் பலருக்கும் பயன்படுத்திய மூலிகை அனுபவங்களை விளக்குவதன் மூலம் மூலிகைகளின் மாண்புகள் வெளியாவதுடன் மூலிகைமணியின் தொண்டு மிகச் சிறந்தது, நடைமுறைக்கு உகந்தது என்பதும் உறுதியாகும்.

இப்போதெல்லாம் என் வீட்டில் உணவே மருந்தாக மாறிவிட்டது. பாத்ரூம் முதல் டைனிங் டேபிள் வரை எங்கு சென்றுலும் மூலிகைகளைக் காணலாம். இன்றளவும் என் வீட்டுக் குளியலறையில் ஒரு பீங்கான் பாத்திரத்தில் தண்ணீரில் நான்கைந்து கரிசலாங்கண்ணி இலைகள் எப்போதும் இருக்கும். எதற்காகத் தெரியுமா? பற்களைத் தூய்மை செய்வதற்குக் கரிசலாங்கண்ணி இதழ்களைத்தான் முதலில் வாயிலிட்டு மென்று தூய்மை செய்வேன். அதேபோல், டைனிங் டேபிள்மேல் தூதுவளை துவையல், பிரண்டைத் துவையல், அருகம்புல் கஷாயம், கீரை சூப் போன்றவை எப்போதும் இருக்கும். இவற்றையெல்லாம் என் வீட்டிற்குவரும் உள்நாட்டு, வெளிநாட்டு விருந்தினர்களுக்கு படைத்து அவற்றின் பயனை விளக்குவேன். அவர்களும் ஆச்சரியத்துடன் அவற்றை உண்டு பலனைக் கூறுவார்கள். மூலிகைமணி இதழினைப் படித்து யான் கற்ற அறிவே இவற்றை மேற்கொள்ளத் தூண்டியது. மாதம் ஒருமுறை நான் நடத்திவரும் அன்னை தெரசாவின் 'காப்பி–மார்னிங்'கில் ஏதாகிலும் ஒரு மூலிகையைப் பற்றி அதில் கலந்து கொள்ளும் முப்பதுக்கும் மேற்பட்ட மகளிர்க்குப் போதிக்கிறேன் அவர்களும் அவற்றை ஆர்வமுடன் கேட்டு நடைமுறையில் பின்பற்றி அவற்றின் பயனை என்னிடத்தில் அவர்கள் சொல்லி மகிழும்போது மூலிகைகளின் பெருமையை நினைத்துப் பூரிப்பேன். இவையன்றி ஸ்டெல்லா மேரிஸ் சமூக சேவை நிலையம் போன்ற கழகங்கள் நடத்திவரும், சத்துணவுத்

திட்ட நிகழ்ச்சிகளுக்கு நான் தலைமையேற்று, கீரைகளையும், மூலிகைகளையும் எப்படி எப்படியெல்லாம் பயன்படுத்தினால் எளிய முறையில் சிக்கனமான செலவில் சத்துணவைப் பெறலாம் என்பதனை விளக்கமாகப் பயிற்சிகள் மூலம் போதித்து வருகிறேன்.

என்னுடைய இந்த சேவைகளுக்கெல்லாம் மூலப்பொருளாக, மூல பலமாக இருப்பவை கீரைகளும், மூலிகைகளுமே ஆகும். அவ்வாறு நான் மேற்கொண்ட பல மூலிகை அனுபவங்களில் சிலவற்றைத் தொகுத்துக் கீழ்க்கண்டவாறு கூறுகிறேன்.

சில சமயங்களில் மூலிகைகள் எனக்கு சமய சஞ்சீவியாகவே உதவியுள்ளன. ஒரு நாள் என் கணவருக்குத் திடீரென மூக்கிலிருந்து ரத்தம் கொட்டியது. அடுத்தடுத்து இரத்தம் கொட்டியதாலும் ஒரு வாரத்தில் வெளிநாடு போக வேண்டியிருந்ததாலும் டாக்டரிடம் சென்றோம். சோதனையில் எவ்விதக் குறைபாடும் காண இயலவில்லை. அதனால் மருந்தொன்றும் கொடுப்பதற்கில்லை என்று திருப்பிவிட்டார். இரத்தம் வந்தால் படுத்துக்கொண்டு முக்கைப் பஞ்சினால் அடைத்துக்கொள்ள வேண்டும் என்று சொல்லிவிட்டார். ஆனால் இரத்தம் கொட்டுவது நின்றபாடில்லை. உடனே நான் மூலிகை மணியில் வெளிவந்த அருகம் புல் கஷாயத்தைப் போட்டு அரை மணி நேரத்திற்கு ஒரு முறை உள்ளுக்குக் கொடுத்தேன். ஆண்டவன் அருளாலும், அருகம் புல்லின் ஆற்றலாலும் முழுமையாகக் குணம் ஏற்பட்டது.

மற்றொரு முறை வெளிநாடு சென்று திரும்பி வரும்போது விமான நிலையத்தில் இருந்து நடக்க முடியாமல் தடுமாறிய என் கணவருக்கு பிரண்டைச்சாறு, புளி, உப்பு ஆகிய மூன்றையும் கொதிக்க வைத்து மேல்பற்று போட்டதில் வலியும் வீக்கமும் வடிந்து சாதாரணமாக நடந்தார்.

பார்வைக் கோளாறு காரணமாகக் கண்ணுக்குக் கண்ணாடி போட்டிருந்த என் மகள் மூலிகைமணி ஆசிரியரின் நேத்திரப் பூண்டு தைலத்தினைத் தொடர்ந்து பயன்படுத்தியதால் தற்போது கண்ணாடி அணிவதில்லை.

மூன்று வாரம் சீதபேதியால் கஷ்டப்பட்டுக் கொண்டிருந்த என் வேலையாளுக்கு நாவல் இலைகள் மூன்று எடுத்து அரைத்து உள்ளுக்குக் கொடுத்தேன். மூன்றே தாளில் குணமாகியது.

முகப்பருக்களுக்கும், வேர்க்குரு கட்டிகளுக்கும் அம்மான் பச்சரிசி இலையின் பாலினைத் தடவியதில் அவை உதிர்ந்து விட்டன. என்னுடைய உறவினரின் ஆரம்ப நீரிழிவு நோய்க்கு நெல்லிச்சாறு, இஞ்சிச்சாறு, தேன் மூன்றையும் சம அளவு காலையில் வெறும் வயிற்றில் கொடுத்துத் தற்போது கட்டுப்பாட்டில் உள்ளது.

பொதுவாகத் தோலின்மேல் வரும் தேமல் போன்றவற்றிற்கு சீமை அகத்தி இலையை அரைத்துப் பற்றுப்போட்டு ஒரு வாரத்தில் குணமாகியுள்ளது.

தோல் வியாதியை முன்னிட்டு கை கால்களில் வரும் தடிப்புகளை நீக்க குப்பைமேனி இலைகளை அரைத்துப் பற்றுப்போட்டு தீர்த்துள்ளேன்.

சமூக சேவை செய்யும்போது அங்கிருக்கும் குழந்தைகளுக்கு நெஞ்சு சளி ஜலதோஷம் போன்ற நோய்கள் இருப்பதை அறிந்து அவைகளுக்கு கற்பூரவல்லி இலையைச் சாறு பிழிந்து குழந்தைகளுக்கு கொடுத்துக் குணப்படுத்தியுள்ளேன். இதில் சில குழந்தைகளுக்கு ஆஸ்த்துமா என்று சொல்லி அந்தக் குழந்தைகளுக்கும் இவற்றைத் தொடர்ந்து கொடுத்துக் குணமாகியுள்ளது.

ஜப்பானிலிருந்தும் அமெரிக்காவிலிருந்தும் வரும் என்னுடைய வெளிநாட்டு நண்பர்களுக்கு சாதாரண ஜீரணக் குறைவு, குமட்டல், ஈரல் கோளாறு போன்றவை ஏற்படும். அதை வராமல் தடுப்பதற்காக கரிசலாங்கண்ணிக் கீரையையும், கீழா நெல்லிக் கீரையையும் அரைத்து உணவின்போது வைத்துவிடுவேன். அத்துடன் மஞ்சள் காமாலை நோயுற்ற ஒரு ஆங்கில மருத்துவருக்கு இவற்றையே கொடுத்துக் குணமாக்கி உள்ளேன்.

அம்மை நோயுற்றபோது, வீட்டில் அது பரவாமல் இருக்க வேப்பிலையைப் புகைத்தும், அதனை வீட்டில் வேறு முறைகளோடு பயன்படுத்தியும் அம்மை வராமல் தடுத்துள்ளேன்.

என்னுடைய அலுவலகத்தில் பணிபுரிந்து வந்த அலுவலருக்குத் தீராத இருதய வியாதி. சில நேரங்களில் கடுமையாக இருதய வலியால் வேதனைப்பட்டு அழுதும் விடுவார். அப்படிப்பட்டவர்க்கு செம்பரத்தைப் பூவைக்கொண்டு 'டீ'போல் செய்து தொடர்ந்து உபயோகப்படுத்தச்சொல்லி தற்போது எவ்விதக் குறையுமின்றி அவர் வாழ்கின்றார்.

இவ்வாறு பல அனுபவங்களை அடுக்கிக்கொண்டே போகலாம். ஆனால், காலமும் இடமும் போதாது. மூலிகைமணியில் மூலிகை படங்களோடு வரும் பல செடி கொடிகளை நான் ஆர்வத்துடன் சேகரித்து என் வீட்டுத் தோட்டத்தில் வளர்க்கிறேன். முப்பதுக்கும் மேற்பட்ட அரிய மூலிகைகள் என் தோட்டத்தில் அற்புதமாக வளர்கின்றன. அத்துடன் ஜப்பானில் சிறிய தொட்டிகளில் பெரிய மரங்களை வளர்க்கும் 'போன்ஸை' முறைப்படி பல பெரிய மூலிகை மரங்களைத் தொட்டியிலேயே வளர்த்து வருகிறேன். இவைகள் எல்லாம் மூலிகைமணியைப் படித்த பின்னர் நான் அடைந்த பலன்கள்; அனுபவங்கள் என்றால் அது மிகையல்ல. நான் செய்யக்கூடிய இவற்றை எல்லோரும் செய்யலாம். அக்கறையற்ற நிலையை உதறிவிட்டு ஆர்வமுடன் நம்மைச் சுற்றியிருக்கும் மரம், செடி, கொடிகளைப்பற்றி மூலிகைமணி போன்ற பத்திரிகைகள் மூலம் அறிந்து வாழ்வில் ஆரோக்கியமான உடல் நலனைப் பெறவும், நோயற்ற வாழ்வை அடையவும் முயலலாம்.

"மூலிகைகளைக் கொண்டு சத்து நிறைந்த ஆரோக்கியமான
வாழ்க்கையை அடையலாம்.
சிக்கனமான முறையில் பிணிகளை விரட்டலாம் என்பதையும்,
பிணிகளே வராமல் தடுக்க முடியும்.
மனிதனுக்கு மட்டுமின்றி நம்மைச்சுற்றி வாழும் விலங்குகட்கும்
நல்வாழ்வை அளிப்பதில் மூலிகைகள் நிகரற்றவை ஆகும்!

“ தலைமுறை தோறும் பயன்படும் ஒப்பற்ற மூலிகை மருத்துவ நூல்கள் ”

மூலிகை மணி கண்ணப்பரின் கீழ்க்கண்ட ஆய்வு நூல்கள்

ஒவ்வொரு குடும்பத்திலும் இன்றியமையாது இருக்க வேண்டிய இணையற்ற நூல்கள். பட விளக்கங்களும், பயன் முறைகளும் நிறைந்தவை,

1. நம் நாட்டு மூலிகைகள்
   1 முதல் 7 பாகங்கள் — 1 செட் விலை ரூ. 49
   (ஒவ்வொரு பாகமும் விலை ரூ. 7)
2. நோயும் - மருந்தும்
   4 பாகங்கள் — 1 செட் ரூ. 8
3. பயன் தரும் பத்துக் கீரைகள் — ரூ. 1
4. ஆய்வு நோக்கில் நாட்டுப்புற மருத்துவம் — ரூ. 7
5. அன்றுட வாழ்வில் மூலிகைகள் — ரூ. 3
6. புதிய பார்வையில் சித்த மருத்துவம் — ரூ. 9

நூலின் விலையை மட்டும் அனுப்புங்கள் எமது அஞ்சல் செலவில் புத்தகங்களை அனுப்புகின்றோம்,

முகவரி : ஆ. இரா. கண்ணப்பர் R.M.P.
19, அருளாம்பாள் தெரு, தி. நகர்,
சென்னை-600017 அஞ்சல் பெட்டி எண் : 1406.

Printed by K. Babu, D.M.E. at Mooligai Mani Press, Madras-600 030
Edited & Published Dr. A. R. Kannappar, R.M.P., 19, Arulambal St., T. Nagar. Madras-600 017.